

5

92189





ইষ্ট প্রদীপিকা ।

সম্পাদিত - প্রফুল্ল



ক্রমিক নং
তারিখ চিত্তাঙ্গণী শ্রীস্বাত্মারাম যোগীন্দ্র
ভবানীপুর, কলিকাতা ।
বিরচিত ।

বঙ্গানন্দকৃতজ্যোৎস্নাভিধয়া চীকয়া সমুত্তা ।

শ্রীবিষ্ণুচন্দ্র নাথ ভট্টাচার্য্যেণ
প্রকাশিত ।

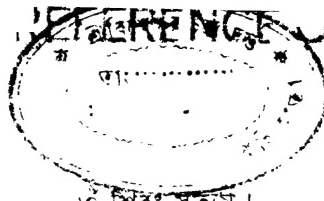
বর্তমান প্রেসে, শ্রীপ্রতাপচন্দ্র গঙ্গোপাধ্যায়ের
মুদ্রিত ।



সাইও এই বিদ্যার উদ্দেশ্যে

RMIC LIBRARY	
A	92189
Class No.	
Date	1.4.76
St. Card	Ch
Class.	Ch
Cat.	Ch
Bk. Card	Mg.
Checked	Ch

sent by Sri



শ্রী গুরু গোরক্ষ দেবায় নমঃ ।

ভূমিকা

হঠপ্রদীপিকা ।

— :: —

এই গ্রন্থে ত্রিলোকপূজিত মহাসিদ্ধ মহাযোগী শ্রীশঙ্কর মহাদেব শ্রীগুরু গোরক্ষনাথ শিবের চারি উপদেশে প্রক্রিয়াসিদ্ধ হঠাঙ্গ যোগ উপদিষ্ট হইয়াছে । ইহা ব্রহ্মবি, মহাবি, রাজবি ও মহাশ্রা যোগিগণের জন্মভাগ্যবের উপস্থান এবং যোগশিক্ষার্থীর সম্বন্ধে কল্পক্রম হইতেও শ্রেষ্ঠ । যেরূপ অসুখ-মৃত সৌখ্যের উপব আবোহণ কবিত হইলে অধিরোহিনী (মই) অনায়াসে তাহা সম্পন্ন করিয়া দেয়, তদ্রূপ যাহারা সমুন্নত রাজযোগে আরোহণ করিতে ইচ্ছা করেন, হঠবিদ্যা অনায়াসে তাঁহাদিগকে তথায় লইয়া যায় । যেরূপ দীপিকা গাঢ় অন্ধকারে পথ প্রদর্শন কবে, তদ্রূপ এই হঠবিদ্যাও নানাবিধ বিরুদ্ধমত রূপ গাঢ় অন্ধকারদ্বারা আচ্ছন্ন মোক্ষ-পথে প্রদীপিকার ন্যায় হইয়া মোক্ষার্থীকে পথ প্রদর্শন করে । রূপানিবান পূজ্যপাদ যোগিকুলতিলক ষাণী স্বাশ্রাব্যম নাথ শ্রীমান্ নাথগুরু শিবাবতার শ্রীশ্রীগোরক্ষ দেবকে ভক্তি পূর্ব্বক প্রণাম কবিয়া হঠ বিদ্যা বিষয়ে চারিটি উপদেশ প্রদান কবিনাছেন । ইহার প্রথম উপদেশে আসনাদি বিধি । দ্বিতীয় উপদেশে প্রাণাশ্বাসাদি বিধি । তৃতীয় উপদেশে মুদ্রাদি বিধি এবং চতুর্থ উপদেশে বাছযোগ বিধি যথাক্রমে বর্ণিত হইয়াছে ।

ভগবান্ ব্রহ্মা এই হঠবিদ্যা অনুশীলন করিয়া পরম পবিত্রত্ব হইবা-
হিলেন, এবং দ্বাপরাবতার দেবকীনন্দন শ্রীকৃষ্ণ নিজভক্ত উদ্ধব ও মহাবীর
অজুর্নকে অতি যত্নের সহিত এই বিদ্যার উপদেশ প্রদান করিয়াছিলেন ।

ব্রহ্ম-সূত্র-প্রণেতা ভগবান্ ব্যাসদেব ইহার পরম সমাদর করিয়াছিলেন; নারদাদি ভক্তশ্রেষ্ঠবৃন্দ এং যোগী যাক্তবক্ষ্য প্রভৃতি ব্রহ্মজ্ঞেরা এই হঠ-বিদ্যার অমূল্যলন করিয়া কৃতকৃতার্ণ হইয়াছেন। নব নাথ ও চৌরাশি সিদ্ধগণ এই হঠযোগ প্রভাবে মহাগিক হইয়া যমদণ্ডকে ঝণ্ডন করত এগনও ত্রিভুবনে বিচরণ করিতেছেন, অতএব ইহা সকল শাস্ত্রাপেক্ষা শ্রেষ্ঠ।

এই জগতের উৎপত্তি হইতে অদ্য পর্য্যন্ত এই স্বর্ণভূমি ভারতবর্ষে যে, কত কবি, কত শত গ্রন্থ রচনা করিয়াছেন, তাহাব কেহই ইয়ত্তা করিতে পারেন না। পিতামহ ব্রহ্মাব মুখ-বিনির্গত বেদ সকল, মষাদিপ্রণীত ধর্মশাস্ত্রসমূহ, বেদব্যাসপ্রণীত পুবাণ ভারত এবং ব্রহ্মসূত্র প্রভৃতি, বান্দীকি প্রণীত রামায়ণ, সদাশিবপ্রণীত তন্ত্ররাশি এবং অন্যান্য মহাজন প্রণীত বহুসংখ্যক গ্রন্থ বিরাজমান রহিয়াছে। উক্ত গ্রন্থ সমস্তে প্রণয়নকর্তাদের একমাত্র শুভেচ্ছা, কেবল মানবজাতির উদ্ধারের জন্যই হইয়াছিল; কিন্তু তত্ত্ব গ্রন্থসকলে নানা প্রকাব বিধি নিবেদ্য এবং যুগ্ম তর্কাদির বাহ্যল্য থাকায় মুমুক্শুগণের কোনলবুন্ধি তদ্বোধে প্রবেশ করিতে চার না। যাহা হউক, উক্ত আর্বা-গ্রন্থ-বাণিব মপ্যে অনেক স্থানে যোগধর্মই নুক্রিৎ অকণ্টক সবল পথ বলিয়া উল্লিখিত হইয়াছে : কিন্তু সবল অকণ্টক যোগপথ কিরূপ, কোন মহাত্মাই তাহা বিশেষ কবিয়া দেখান নাই। যদিও পাতঞ্জল দর্শনে যোগের বিষয় অনেক বিচার লিপিত আছে, তথাপি তাহাতে যোগের সম্পূর্ণ অঙ্গ বা হুগম প্রক্রিয়ার বিষয় কিছুই উল্লেখ নাই। ইত্যাদি রূপ নানাবিধ ছুরবতা দেখিয়া জগতের পরম হিতৈষী শ্রীশ্রীগৌরঙ্গ নাথজীর শিষ্য শ্রীচান্দ্রারাম নাথ বেণীন্দ্র স্বীয় যোগপ্রভাব সমস্ত মানবগণকে অতি সহজ উপায়ে ছুদয়ঙ্গম করাইবার জন্য অতি সুন্দর স্বগঠিত হঠপ্রদীপিকা নামিকা গ্রন্থরূপা তরলী নির্মাণ করিয়াছেন; ইহাতেই সঙ্গুরূপ নাটকের আশ্রয়ে অতি ভরানক গভীর অর্থ-হংস-ময় সংসাধ-সাংগ্য পার করিবার প্রধান উপায় করিয়াছেন। ইহাও যদি শ্রীশ্রীগুরুর পদরজ রূপ পবন অলুকুল হইলেন, তবে মুমুক্শু ব্যক্তির ভবপারে যাইবার কোনই বাধা থাকিবে না।

আমি এই গ্রন্থের মূল টীকা এবং পৃথক্ সরল বঙ্গানুবাদ দুই তিন বৎসর পূর্বে মুদ্রাক্রিত করিয়া প্রকাশ করিতাম, কিন্তু আমার হৃদয়গত বশতই হ'উক, কন্যা বঙ্গদেশস্থ নিরীহ যোগিজ্ঞাতিব সৌভাগ্য-স্থ্য উদয় হইবে বলিয়াই হ'উক, এই সমগ্র বঙ্গদেশে যোগ-ধর্ম প্রচার করা, যোগি জাতির উপনীত গ্রন উপলক্ষে ভিন্ন ভিন্ন জেলায় প্রভূত কৌজদারি মোকদ্দমা সমূহের তত্ত্বা-ধারণ করিয়া জয় লাভ করা, ভিন্ন ভিন্ন প্রদেশে যাইয়া তদ্বেশবাসী যোগি-গণকে যোগধর্ম গ্রহণে তৎপর করিবার জন্য বক্তৃতা দ্বারা উত্তেজনা করা এবং যোগিসংহিতা, গোরক্ষগীতা, গোরক্ষপঞ্চাঙ্গ, গোরক্ষবোধ, গোরক্ষ-অষ্টক ও গোরক্ষ সহস্র ইত্যাদির পাণ্ডুলিপিাদি প্রস্তুত করা প্রভৃতি নানা কার্যে ব্যাপ্ত থাকায়, বিশেষতঃ আমার জ্যেষ্ঠপুত্রের বিরোগনিবন্ধন চিকিৎসা কার্যে একেবারে বন্ধ থাকায় এই গ্রন্থ প্রকাশে এত বিলম্ব হই-
য়াছে। অগ্রিম মূল্যদাতাগণ কৃপা করিয়া ক্ষমা করিলে কৃতার্থ হইব।

পরিশেষে কৃতজ্ঞতার সহিত প্রকাশ করিতেছি যে, এই সুবিশীর্ণ বঙ্গ-দেশে সম্যক প্রকারে যোগধর্ম প্রচার করিয়া নাথবংশীয় যোগিদিককে উপ-নীত গ্রহণে তৎপর করিবার জন্য ভিন্ন ভিন্ন জেলায় সভা আহ্বান করিয়া অর্থ্য যোগ ধর্ম ও যজ্ঞোপনীত সংস্কারের অর্থ বুঝাইয়া দেওয়া এবং বিবাদি-দিককে শাস্ত্রানুসারে পরাস্ত করা ইত্যাদি বিষয়ে কৃষ্ণক্ষেত্রনিবাসী পরম-হংসপ্রবর ঐদেবপ্রতিপালক বাবাজী মহারাজ আমার প্রধান অবলম্বন ছিলেন।

বর্তমান রাজবাটীর প্রধান সভাপণ্ডিত, পূজ্যপাদ পণ্ডিত শ্রীযুক্ত রামতনু তর্ক সিদ্ধান্ত মহাশয় যাহাকে আজ কাল বাঙ্গালার প্রধান পণ্ডিত বলিলেও অত্যাক্তি হয় না, তিনি এবং তস্য পুত্র বর্তমান রাজবাটীর মহা-ভারত সভার পূর্বতন পণ্ডিত শ্রীযুক্ত ব্রজেন্দ্রকুমার বিদ্যারত্ন মহাশয় উপরোক্ত প্রাচীন গ্রন্থ সকল সংস্কলন, পাণ্ডুলিপি প্রস্তুত ও সংশোধন করণ, এবং যোগশিক্ষা সোপান কয়েক খণ্ড প্রকাশ করণ, বিষয়ে যথেষ্ট পবিত্রম করিয়া

আমাকে কৃতার্থ করিয়াছেন ; আমি যাবজ্জীবন তাঁহাদের নিকট কৃতজ্ঞতা
পাশে বদ্ধ রহিলাম ।

পুং

এই গ্রন্থ প্রথম কলিকাতায় ছাপাইতে আরম্ভ করি ; কিন্তু তাহাতে
কোন প্রকা-র-বিষয় হওয়ায় প্রথম উপদেশ মাত্র তথায় ছাপাইয়া বাকী
৭ বর্ধমান প্রেসে ছাপাইলাম । এজন্য প্রথম উপদেশের
৭ম উপদেশের পরাক্ষের মিল নাই ।

বঙ্গাব্দ ১২১৫,

৩০শে মাঘ ।

}

প্রকাশক

শ্রী বিষ্ণুচন্দ্র নাথ ভট্টাচার্য্য ।

সং বর্ধমান ।

প্রণম্য শ্রীগুরুং নাথং স্বাস্থ্যারামেণ যোগিনা ।

কেবলং রাজাযোগায় হঠবিদ্যোপদিশ্যতে ॥ ২ ॥

লোট্ । তস্মৈ কস্মৈ ইত্যপেক্ষাক্ষমাহ যেনেতি । যেন আদিনাথেন উপদিষ্টা গিরিজায়ৈ হঠযোগবিদ্যা । হৃৎ চ ঠং চ হঠৌ সূর্য্যচন্দ্রৌ তয়োৰ্যোগো হঠযোগঃ এতেন হঠশব্দবাচ্যয়োঃ সূর্য্যচন্দ্রাখ্যয়োঃ প্রাণাপানয়োরৈক্যলক্ষণঃ প্রাণায়ামো হঠযোগ ইতি হঠযোগস্য লক্ষণং সিদ্ধং । তথাচোক্তং গোরক্ষ-নাথেন সিদ্ধসিদ্ধান্তপদ্ধতৌ । হকারঃ কীর্ত্তিতঃ সূর্য্যঠকারশ্চ উচ্যতে । সূর্য্যচন্দ্রমসৌৰ্যোগাঙ্কঠযোগো নিগদ্যত ইতি । তৎপ্রতিপাদিকা বিদ্যা হঠ-যোগবিদ্যা হঠযোগশাস্ত্রমিতি যাবৎ । গিরিজায়ৈ আদিনাথকৃত্তো হঠবিদ্যোপ-দেশো মহাকালযোগশাস্ত্রাদৌ প্রসিদ্ধঃ । প্রকর্ষণে উন্নতঃ প্রোন্নতঃ মন্ত্রযোগ-হঠযোগাদীনামধরভূমীনামুত্তরভূমিত্বাদ্রাজযোগস্য প্রোন্নতত্বং । রাজযোগশ্চ সৰ্ব্ববৃত্তিনিরোধলক্ষণোঃ সম্প্রজাতযোগঃ । তমিচ্ছোমু মুষ্কোরধিরোহিণীব অধি-রুহতেহনয়েত্যধিরোহিণী নিঃশ্রেণীরিব বিভ্রাজতে বিশেষেণ ভ্রাজতে শোভতে । যথা প্রোন্নতসৌধমারোটুমিচ্ছোরধিরোহিণ্যনায়াসেন সৌধপ্রাপিকা ভবতি এবং হঠদীপিকাপি প্রোন্নতরাজযোগমারোটুমিচ্ছোরনায়াসেন রাজযোগ-প্রাপিকা ভবতীতি । উপমালঙ্কারঃ । ইন্দ্রবজ্রাখ্যং বৃত্তম্ ॥ ১ ॥

টীকা । এবং পরমগুরুনমস্কারলক্ষণং মঙ্গলং কৃত্বা বিদ্ববাহুল্যে মঙ্গল-বাহুল্যস্যাপ্যপেক্ষিতত্বাং স্বগুরুনমস্কারাস্বকং মঙ্গলমাচারনস্য গ্রন্থস্য বিষয়-প্রয়োজনাদীন্ প্রদর্শয়তি । শ্রীমন্তং গুরুং শ্রীগুরুং নাথং শ্রীগুরুনাথং স্বগুরু-মিতি যাবৎ । প্রণম্য প্রকর্ষণে তত্ত্বিত্ত্বপূর্ব্বকং নত্বা স্বাস্থ্যারামেণ যোগিনা যোগোৎসাহস্বতীতি তেন । কেবলং রাজযোগায় কেবলং রাজযোগার্থং হঠ-বিদ্যোপদিশ্যত ইত্যর্থঃ । হঠবিদ্যায়া রাজযোগ এব মুখ্যং ফলং ন সিদ্ধয় ইতি কেবলপদস্যাত্তিপ্রায়ঃ । সিদ্ধয়ত্ত্বাহুসঙ্গিক্যঃ । এতেন রাজযোগফল-সহিতো হঠযোগোৎসাহস্য গ্রন্থস্য বিষয়ঃ । রাজযোগদ্বারা কৈবল্যং চাস্য ফলং । তৎকামচাধিকারী । গ্রন্থবিষয়য়োঃ প্রতিপাদ্যপ্রতিপাদকভাবঃ সম্বন্ধঃ । গ্রন্থস্য কৈবল্যস্ত চ প্রযোজ্যপ্রযোজকভাবঃ সম্বন্ধঃ । গ্রন্থাভিধেয়স্য সফল-যোগস্ত কৈবল্যস্ত সাধ্যসাধনভাবঃ সম্বন্ধ ইত্যুক্তম্ ॥ ২ ॥

ভাস্ত্র্যা বহুমতধ্বাস্ত্রে রাজযোগমজানতাম্ ।

হঠপ্রদীপিকাং ধতে স্বাস্ত্রারামঃ কৃপাকরঃ ॥ ৩ ॥

টীকা । - নহু মন্ত্রযোগসম্পদ্যাননিগুণদ্যানমুদ্রাদিভিরেব রাজযোগ-
সিদ্ধৌ কিং হঠবিজ্ঞোপদেশেনেত্যশঙ্ক্য ব্যুখিতচিত্তানাং মন্ত্রযোগাদিভী
রাজযোগাসিদ্ধেইঠযোগাদেব রাজযোগসিদ্ধিং বদন্ গ্রন্থং প্রতিজানীতে ॥
ভাস্ত্রেতি ॥ মন্ত্রযোগাদিবহুমতরূপে ধ্বাস্ত্রে গাঢ়াঙ্ককারে যা ভ্রান্তির্ভ্রমন্তয়া ।
তৈস্তৈরূপায়ৈ রাজযোগার্থং প্রবৃত্তস্ত তত্র তত্র তদলাভাৎ । বক্ষ্যতি চ ।
বিনারাজযোগ ইত্যাদিনা । তথা রাজযোগং অজানতাং ন জানন্তীত্য-
জানন্তঃ তেষাং অজানতাং পুংসাং রাজযোগজ্ঞানমিতি শেষঃ । করোতীতি
করঃ কৃপায়াঃ করঃ কৃপাকরঃ কৃপায়া আকর ইতি বা তাদৃশঃ । অনেন
হঠপ্রদীপিকাকরণে অজ্ঞানকল্পেব হেতুরিত্যুক্তং । স্বাস্ত্রারামতে ইতি
স্বাস্ত্রারামঃ । হঠস্ত হঠযোগস্ত প্রদীপিকেব প্রকাশকত্বাং হঠপ্রদীপিকা তাং ।
অথবা হঠএব প্রদীপিকা রাজযোগপ্রকাশকত্বাং তাং ধতে বিধিতে করোতীতি
যাবৎ । স্বাস্ত্রারাম ইত্যনেন জ্ঞানস্ত সপ্তমভূমিকাং প্রাপ্তো ব্রহ্মবিদ্বরিষ্ঠ
ইত্যুক্তং । তথা চ শ্রুতিঃ । আশ্বক্লীড় আশ্বরতিঃ ক্রিয়াবামেষ ব্রহ্মবিদ্যাং
বরিষ্ঠ ইতি । সপ্ত ভূময়শ্চোক্তা যোগবাশিষ্ঠে । জ্ঞানভূমিঃ শুভেচ্ছাখ্যা
প্রথমা সমুদাহৃত্য । বিচারণা দ্বিতীয়া শ্রাং তৃতীয়া তনুমানসা । সঙ্গাপত্তি-
শচতুর্থী শ্রাং ততোহসংসক্তি নামিকা । পরার্থাভাবিনী ষষ্ঠী সপ্তমী তূর্যগা
স্মৃতা । অস্তার্থঃ । শুভেচ্ছা ইত্যখ্যা যস্যঃ সা শুভেচ্ছাখ্যা । বিবেক-
বৈরাগ্যবৃত্তা শমাদিপূর্ব্বিকা তীত্রমুমুক্ষা প্রথমা জ্ঞানস্ত ভূমিঃ ভূমিকা উদাহৃত্য
কথিতা যোগিতিরिति শেষঃ । ১ । বিচারণা শ্রবণমননাস্মিকা দ্বিতীয়া জ্ঞান-
ভূমিঃ স্যাৎ । ২ । অনেকার্থগ্রাহকং মনো যদানেকার্থান্ পরিত্যজ্য সদেকার্থ-
বৃত্তিপ্রবাহবদভবতি তদা তনু মানসং যস্য্যাং সা তনুমানসা নিদিধ্যাসনরূপা
তৃতীয়া জ্ঞানভূমিঃ স্যাদিতি শেষঃ । ৩ । ইমান্তিপ্রঃ সাধনভূমিকাঃ । আশ্ব
ভূমিষু সাধক ইত্যুচ্যতে । - তিস্তিভির্ভূমিকাভিঃ শুদ্ধসংস্বেদস্তঃকরণেহহং
ব্রহ্মাস্মীত্যাকারিকাহংরোক্ণবৃত্তিরূপা সঙ্গাপত্তিনামিকা চতুর্থী জ্ঞানভূমিঃ
স্যাৎ । চতুর্থীয়াং ফলভূমিঃ । অস্যাং যোগী ব্রহ্মবিদিত্যুচ্যতে । ইয়ং

ইষ্টপ্রদীপিকা ।

ইষ্টবিদ্যাং হি মৎস্যেন্দ্রগোরক্ষাদ্যা বিজানতে ।

স্বাস্থ্যারামোহখবা যোগী জানীতে তৎপ্রসাদতঃ ॥ ৪ ॥

সংপ্রজ্ঞাতযোগভূমিকা । ৪ । বক্ষ্যমাণান্তিশ্রোহসংপ্রজ্ঞাতযোগভূময়ঃ । সর্বা-
পত্তেরনন্তরং সর্বাপত্তিসংজ্ঞিকায়ং ভূমাবুপস্থিতাস্থ সিদ্ধিষু অসং-
সক্তস্যাসংস্কিনামিকা পঞ্চমী জ্ঞানভূমিঃ স্মাং । অস্যাং যোগী স্বয়মেব
ব্যুত্তিষ্ঠতে । এতাং ভূমিং প্রাপ্তো ব্রহ্মবিদ্বর ইত্যাচ্যতে । ৫ । পরব্রহ্মাতি-
রিক্তমর্থং ন ভাবয়তি যস্যং সা পরার্থাভাবিনী ষষ্ঠী জ্ঞানভূমিঃ স্যাং ।
অস্ত্যাং যোগী পরপ্রবোধিত এব ব্যুত্তিষ্ঠতে ভবতি । এতাং প্রাপ্তো ব্রহ্মবিদ্ব-
রীয়ানিত্যাচ্যতে । ৬ । তুর্ধ্যগানাম সপ্তমী ভূমিঃ স্মাতা । অস্ত্যাং যোগী স্বতঃ
পরতো বা ন ব্যুত্থানং প্রাপ্নোতি । এতাং প্রাপ্তো ব্রহ্মবিদ্বরিষ্ট ইত্যাচ্যতে
তত্র প্রমাণভূতা শ্রুতিরত্রেবোক্তা । পূর্বময়মেব জীবনুক্ত ইত্যাচ্যতে স
এবাত্র স্বাস্থ্যারামপদেনোক্ত ইত্যলং বহুতেন ॥ ৩ ॥

টীকা । মহৎসেবিতদ্বাক্ষর্যবিদ্যাং প্রশংসনং স্বস্যাপি মহত্সকাশাক্ষর্য-
বিদ্যালাভাং গৌরবং দ্যোতয়তি ॥ ইষ্টবিদ্যাং হীতি । হীতি প্রসিদ্ধং ।
মৎস্যেন্দ্রগোরক্ষাৎ তৌ আদৌ যেষাং তে মৎস্যেন্দ্রগোরক্ষাদ্যাঃ আদ্যা
শব্দেন জলক্ষরনাথভৃৎ হিরণ্যগোপীচন্দ্রপ্রভৃতয়ো গ্রাহ্যঃ । তে ইষ্টবিদ্যাং ইষ্ট-
যোগবিদ্যাং বিজানতে বিশেষেণ সাধনলক্ষণভেদফলৈর্জানন্তীত্যর্থঃ । স্বাস্থ্যা-
রামঃ স্বাস্থ্যারামনামা । অথবা শব্দঃ সমুচ্চয়ে । যোগী যোগবান্ তৎপ্রসাদতঃ
গোরক্ষপ্রসাদাং জানীত ইত্যর্থঃ । পরমমহতা ব্রহ্মণ্যপীযং বিদ্যা সেবি-
তেত্যত্র যোগিষাশ্চক্যম্বুতিঃ । হিরণ্যগর্ভো যোগস্য বক্তা নান্যঃ পুরাতনঃ ।
বক্তৃত্বং চ মানসব্যাপারপূর্বকং ভবতীতি মানসো ব্যাপারোহর্থাদাগমঃ । তথাচ
শ্রুতিঃ । যন্ননসা ধ্যায়তি তদ্বাচা বদতীতি । ভগবতেয়ং বিদ্যা ভাগবতানু-
বাদীন্ প্রত্যুক্তা । শিবস্ত যোগী প্রসিদ্ধ এব । এবং চ সর্বোত্তমৈত্র্য-
বিষ্ণুশিবৈঃ সেবিতেষং বিদ্যা । ন চ ব্রহ্মহৃৎকৃতা ব্যাসেন যোগী নিরাকৃত
ইতি শঙ্কনীয়ং । প্রকৃতিস্বাতন্ত্র্যবিধিভেদাংশমাত্রস্ত নিরাকরণাং । ন চ
ভাবনাবিশেষরূপযোগস্ত । ভাবনায়াম্ সর্বসংমতত্বাতাং বিনা হৃৎপ্রাপ্য-
সম্ভবাং । তথোক্তং ভগবদগীতাস্থ । নাস্তি বুদ্ধিরযুক্তস্ত ন চায়ুক্তস্ত ভাবনা ।

শ্রীআদিনাথমংসোন্দ্রশাবরানন্দভৈরবাঃ ।

চৌরঙ্গীমীনগোরক্ষবিরূপাক্ষবিলেশয়াঃ ॥ ৫ ॥

ন চাভাবয়তঃ শাস্তিরশাস্ত্র কূতঃ সুখমিতি । নারায়ণতীর্থৈরপ্যুক্তং । স্বাতন্ত্র্য-
সত্যত্বমুখং প্রধানেন সত্যং চ চিদভেদগতং চ বাচ্যৈঃ । ব্যাসো নিরাচষ্ট ন
ভাবনাখ্যং যোগং স্বয়ং নির্মিতব্রহ্মত্রেঃ । অপিচাত্মপ্রদং যোগং ব্যাকরো-
নমতিমান্ স্বয়ং । ভাষাদিষু ততস্তত্র আচার্য্যপ্রমুখৈর্মতঃ । মতো যোগো
ভগবতা গীতায়ামধিকোহুতঃ । কৃতঃ শুকাदिভিস্তন্মাদত্র সন্তোহতিসাদরা
ইতি । বেদেষু যজ্ঞেষু তপঃসূচৈব দানেষু যং পুণ্যফলং প্রদীষ্টং । অতোতি
তৎসৰ্ব্বমিদং বিদিত্বা যোগী পরং স্থানমুপৈতি চাত্মমিতি ভগবদুক্তেঃ । কিং
বহ্না জিজ্ঞাসুরপি যোগস্ত শব্দব্রহ্মাতিবর্তত ইতি বদতা ভগবতা যোগজিজ্ঞা-
সোরপোৎকৃষ্টং বর্ণিতং কিমুত যোগিনঃ । নারদাদিভক্তশ্রেষ্ঠৈর্ষাজ্জবক্ষ্যাদি-
জ্ঞানিমুখ্যৈশ্চাস্যাঃ সেবনাদৃতভক্তজ্ঞানিনামপ্যবিরুদ্ধেত্বাপরম্যতে ॥৪ ॥

টীকা । হঠযোগে প্রবৃত্তি জনয়িতুং হঠবিহয়া প্রাটৈশ্বৰ্য্যান্ সিদ্ধানাহ ।
শ্রীআদিনাথেত্যাদিনা ॥ আদিনাথঃ শিবঃ সৰ্ব্বেষাং নাথানাং প্রথমো নাথঃ ।
ততঃ নাথসম্প্রদায়ঃ প্রবৃত্ত ইতি নাথসম্প্রদায়িনো বদন্তি । মংসেন্দ্রাখ্যশ্চ
আদিনাথশিষ্যঃ । অত্রৈবং কিস্বদন্তী । কদাচিদাদিনাথঃ কশ্মিংশ্চিদ্রদ্বীপে
স্থিতঃ । তত্র বিজ্ঞনমিতি মত্বা গিরিজায়ৈ যোগমুপদিষ্টবান্ । তীরসমীপ-
নীরহঃ কশ্চন মংসঃ তং যোগোপদেশং শ্রুত্বা একাগ্রচিত্তো নিশ্চলকায়োহ-
বতছে । তং তাদৃশং দৃষ্ট্বানেন যোগঃ শ্রুত ইতি মত্বা তং কৃপালুরাদিনাথো
জলেন প্রোক্ষিতবান্ । স চ প্রোক্ষণমাত্রাং দিব্যকায়ো মংসেন্দ্রঃ সিদ্ধোহ-
ভূং । তমেব মংসেন্দ্রনাথ ইতি বদন্তি । শাবরনামা কশ্চিৎ সিদ্ধঃ । আনন্দ
ভৈরবনামাত্মঃ । এতেষামিতরেতরদ্বন্দ্বঃ । ছিন্নহস্তপাদং পুংস্তুং হিন্দুস্থান-
ভাষায়াং চৌরঙ্গীতি বদন্তি । কদাচিদাদিনাথান্নরকযোগস্ত ভূবং পর্যটতো
মংসেন্দ্রনাথস্ত কৃপাবলোকনমাত্রাং কুত্রচিদরণ্যে স্থিতশ্চৌরঙ্গ্যকুরিতহস্ত-
পাদো বভূব । স চ তৎকৃপয়া সঙ্ঘাতহস্তপাদোহহমিতি মত্বা তৎপাদয়োঃ প্রণি-
পত্য মমানুগ্রহং কুরীতি প্রার্থিতবান্ । মংসেন্দ্রোপি তমনুগৃহীতবান্ ।
তস্তানুগ্রহাকৌরঙ্গীতি প্রসিদ্ধঃ সিদ্ধঃ সোৎভূং । মীনঃ মীননাথঃ । গোরক্ষঃ

মহানভৈরবো যোগী সিদ্ধিবুদ্ধশ্চ কহুড়িঃ ।
 কোরগুকঃ সুরানন্দঃ সিদ্ধপাদশ্চ চৰ্পটিঃ ॥ ৬ ॥
 কানেরী পূজ্যপাদশ্চ নিত্যানাথো নিরঞ্জনঃ ।
 কপালী বিন্দুনাথশ্চ কাকচণ্ডীশ্বরাস্বয়ঃ ॥ ৭ ॥
 অল্লাসঃ প্রভুদেবশ্চ ঘোড়াচালী চ টিটিণিঃ ।
 ভালুকী নারদেবশ্চ খণ্ডঃ কাপালিকস্তথা ॥ ৮ ॥
 ইত্যাদয়ো মহাসিদ্ধা হঠযোগপ্রভাবতঃ ।
 খণ্ডয়িতা কালদণ্ডং ব্রহ্মাণ্ডে বিচরন্তি তে ॥ ৯ ॥
 অশেষতাপতপ্তানাং সমাপ্রায়মঠো হঠঃ ।
 অশেষযোগযুক্তানামাধারকমঠো হঠঃ ॥ ১০ ॥

গোরক্ষনাথঃ । বিরূপাক্ষনামা বিলেশয়নামা চ । চৌরঙ্গীপ্রভৃতীনাং দ্বন্দ্ব-
 সমাসঃ ॥ ৫ ॥

টীকা । মহান ভৈরবঃ । যোগীতি মহানপ্রভৃতীনাং সর্কেষাং বিশেষণং ॥ ৬ ॥

টীকা । কাকচণ্ডীশ্বর ইত্যাস্বয়ঃ নাম যন্ত স তথা । অন্যে স্পষ্টাঃ ॥ ৭ ॥ ৮ ॥

টীকা । ইতি পূর্বোক্তা আদয়ো যেষাং তে তথা । আদিশঙ্কেন
 তারানাথাদয়ো গ্রাহাঃ । মহাস্তশ্চ তে সিদ্ধাশ্চ অপ্রতিহতৈশ্বর্যা ইত্যর্থঃ ।
 হঠযোগস্ত প্রভাবাং সামর্থ্যাং ইতি হঠযোগপ্রভাবতঃ । পঞ্চম্যাস্তসিল্ ।
 কালো মৃত্যুঃ তস্য দণ্ডনং দণ্ডঃ দেহপ্রাণবিরোগামুকুলো ব্যাপারঃ তং
 খণ্ডয়িত্বা হিত্বা মৃত্যুং জিত্বৈত্যর্থঃ । ব্রহ্মাণ্ডমধ্যে বিচরন্তি বিশেষণাব্যাহত-
 গত্যা চরন্তীত্যর্থঃ । তদ্ব্রহ্ম ভাগবতে । যোগেশ্বরপাণং গতিমাহুরগ্র্যাং বহি-
 ত্রিলোক্যাঃ পবনান্তরাশ্বনামিতি ॥ ৯ ॥

টীকা । হঠশ্রাশেষতাপনাশকত্বমশেষযোগসাধকত্বং চ মঠকর্মঠরূপকোহ-
 অশেষেতি । অশেষাঃ আধ্যাত্মিকার্থিতিকার্থিদৈবিকভেদেন ত্রিবিধাঃ ।
 তত্রাধ্যাত্মিকং দ্বিবিধং । শারীরং মানসং চ । তত্র শারীরং দুঃখং ব্যাধিজং ।
 মানসং দুঃখং কামাদিজং । আধিভৌতিকং ব্যাস্রসর্পাদিজনিতং । আধিদৈবিকং

হঠবিদ্যা পরং গোপ্যা যোগিনা সিক্কিমিচ্ছতা ।

ভবেদ্বীৰ্য্যবতী গুপ্তা নিৰ্বীৰ্য্যা তু প্রকাশিতা ॥ ১১ ॥

স্বরাজ্যে ধার্ম্মিকে দেশে স্থভিক্ষে নিরুপদ্রবে ।

গ্রহাদিজনিতং । তে চ তে তাপাশ্চ তৈস্তপ্তানাং পুংসাং হঠো হঠযোগঃ সম্যাগশ্রুত ইতি সমাশ্রয়ঃ আশ্রয়ঃ আশ্রয়ভূতো মঠঃ মঠ এব । তথা হঠঃ অশেষযোগযুক্তানাং অশেষযোগযুক্তাঃ মন্ত্রযোগকৰ্ম্মযোগাদিযুক্তান্তেষামাধারভূতঃ কমঠঃ । এবং ত্রিবিধতাপতপ্তানাং পুংসাং আশ্রয়ঃ হঠঃ । যথা চ বিশ্বাধারঃ কমঠঃ এবং নিখিলযোগিনামাধারো হঠ ইত্যর্থঃ ॥ ১০ ॥

টীকা । অথাখিলবিদ্যাপেক্ষয়া হঠবিদ্যয়া অতিগোপ্যত্বমাহ । হঠবিদ্যেতি । সিক্কিমণিমাঈদ্যশ্বৰ্য্যমিচ্ছতা । যদ্বা সিক্কিঃ কৈবল্যসিক্কিমিচ্ছতা বাঞ্ছতা যোগিনা হঠযোগবিদ্যা পরমত্যন্তং গোপ্যা গোপনীয় গোপন্যহাস্তি ইতি । তত্রহেতুমাহ । যতঃ গুপ্তা হঠবিদ্যা বীৰ্য্যবতীপ্রতিহতৈশ্বৰ্য্যজননসমর্থী স্তাং । কৈবল্যজননসমর্থী কৈবল্যসিক্কিজননসমর্থী বা স্তাং । অথ যোগাধিকারী জিতাক্ষায় শান্তায় সত্যায় মুক্তৌ বিহীনায় দৌষৈরসত্যায় মুক্তৌ । অহীনায় দৌষৈরৈরুক্তকৃত্রে প্রদেয়ো ন দেয়ো হঠশ্চৈতরশ্চৈ । যাজ্ঞবল্ক্যঃ । বিদ্যুক্তকৰ্ম্মসংযুক্তঃ কামসঙ্কল্পবজ্জিতঃ । যমৈশ্চ নিয়মৈযুক্তঃ সৰ্ব্বসঙ্গবিবৰ্জিতঃ । কৃতবিদ্যো জিতক্ৰোধঃ সত্যধৰ্ম্মপরায়ণঃ । গুরুশ্রদ্ধাধৰতঃ পিতৃমাতৃপরায়ণঃ । স্বাগ্রমস্থঃ সদাচারো বিদ্বদ্ভিঃ শূশিক্ষিতঃ ইতি । শিষ্যোদররতায়ৈব ন দেয়ং বেশধারিণ ইতি কুত্রচিৎ । অত্র যোগচিন্তামনিকারাঃ । যত্বেপি ব্রাহ্মণক্ষত্রিয়বিশাং স্ত্রীশূদ্রাণাং চ পাবনং । শান্তয়ে কৰ্ম্মণামগ্ন্যগোপনাস্তি বিমুক্তয় ইত্যাদি পুরাণবাক্যেষু প্রাণিমাত্রস্ত যোগেহধিকার উপলভ্যতে তথাপি মোক্ষরূপকং ফলং যোগে বিরক্তমৈব ভবতি । অন্তস্তস্মৈব যোগাধিকার উচিতঃ । তথাচ বায়ুসংহিতায়াং । দৃষ্টে তথানুপ্রবিকে বিরক্তং বিষয়ে মনঃ । যস্ত তস্যাধিকারোহস্মিন্ যোগে নাগস্ত কস্তচিৎ । সুরেশ্বরচার্য্যঃ । ইহামুত্র বিরক্তস্ত সংসারং প্রজিহাসতঃ । জিজ্ঞাসোরেকস্তাপি যোগেহস্মিন্ধিকারিতেত্যাহঃ । বুদ্ধৈরপ্যুক্তং । নৈতদেয়ং ছবির্নীতায় জাহ্নু জ্ঞানং গুপ্তং তদ্ধি সম্যক্কলায় । অস্থানে হি স্থাপ্যমানৈব বাচাং দেবী কোপান্নির্দেহয়ো চিত্তায়েতি ॥ ১১ ॥

ধনুঃপ্রমাণপর্য্যন্ত শিলাগ্নিজলবর্জিতে ।

একান্তে মঠিকামধ্যে স্থাতব্যং হঠযোগিনা ॥ ১২ ॥

অল্পদ্বারমরদ্ধগর্তবিবরং নাভ্যুচ্চনীচায়তং

সম্যগ্গোময়সান্দ্রলিপ্তমলং নিঃশেষজন্তুক্ষিতম্ ।

বাহ্যে মণ্ডপবেদিকূপরুচিরং প্রাকারসংবেষ্টিতং

প্রোক্তং যোগমঠস্য লক্ষণমিদং সিদ্ধৈহঠাভ্যাসিভিঃ ॥ ১৩ ॥

টীকা। হঠাভ্যাসযোগ্যং দেশমাহ । সার্কেন । সুরাজ্যে ইতি । রাজ্যঃ
কর্ম্ম ভাবো বা রাজ্যং তচ্ছোভনং যস্মিন্ স সুরাজ্যাস্তস্মিন্ সুরাজ্যে । যথা
রাজা তথা প্রজা ইতি মহত্বক্तेঃ । রাজ্যঃ শোভনত্বাং প্রজানামপি শোভনত্বং
হুচিৎ । ধার্ম্মিকে ধর্ম্মবতি । অনেন হঠাভ্যাসিনোহুকূল্যাহারাদিলাভঃ
হুচিৎ । সুভিক্ষ ইত্যনেনানায়াসেন তন্নাভঃ হুচিৎ । নিরুপদ্রবে চোর-
ব্যাত্রাহ্যপদ্রবরহিতে । এতেন দেশস্ত দীর্ঘকালবাসযোগ্যতা হুচিৎ । ধনুঃ
প্রমাণং ধনুঃপ্রমাণং চতুর্হস্তমাত্রং তৎপর্য্যন্তং শিলাগ্নিজলবর্জিতে শিলা প্রস্তরঃ
অগ্নিবর্হিঃ জলং তেয়ং তৈবর্জিতে রহিতে যত্রাসনং ততশ্চতুর্হস্তমাত্রে শিলা-
গ্নিজলানি ন স্মরিতার্থঃ । তেন শীতোষ্ণবিকারাব্যাবঃ হুচিৎ । একান্তে
বিজনে । অনেন জনসমাগমাভাবাৎ কলহাশুভাবঃ হুচিৎ । জনসংমর্দেভু
কলহাদিকং শ্রাদেব । তদ্বক্তং ভাগবতে । বাসে বহুনাং কলহো ভবেদ্বার্তা
দ্বয়োরপীতি । তাদৃশে মঠিকামধ্যে । অল্পো মঠো মঠিকা । অল্পীয়সি কনু ।
তন্নাভঃ মধ্যে হঠযোগিনা হঠাভ্যাসী যোগী হঠযোগী তেন । শাকপার্থিবাदि-
বং সমাসঃ । স্থাতব্যং স্থাতুং যোগ্যং । মঠিকামধ্যে ইত্যনেন শীতাতপাদি-
জনিতঃ ক্লেশাভাবঃ হুচিৎ । অত্র সুক্কারবিহারেণ হঠযোগস্ত সিদ্ধয়ে ।
ইত্যন্তং কেনচিৎ ক্ষিপ্তত্বাৎ ব্যাখ্যাতং । মূলশ্লোকানামেব ব্যাখ্যানং । এবম-
গ্রেহপি যে যয়া ন ব্যাখ্যাতাঃ শ্লোকা হঠপ্রদীপিকায়ামূলভেদ্যন্তেষু সংকর্ষে
ক্ষিপ্তা ইতি বোদ্ধব্যং ॥ ১২ ॥

টীকা। অথ মঠলক্ষণমাহ । অল্পদ্বারমিতি । অল্পদ্বারং যস্মিন্ স্তম্ভাদৃশং ।
রন্ধ্রে । গবাক্ষাদিঃ । গর্ভো নিয়প্রদেশঃ । বিবরঃ মুখিকাদিবিহলং । তেন সন্তি যস্মিন্-
স্তম্ভাদৃশং । অভ্যুচ্চং চ তন্নীচং চাত্যুচ্চনীচং তচ্চ তদায়তং চাত্যুচ্চনীচায়তং

এবং বিধে মঠে স্থিত্ব সৰ্ব্বচিন্তাবিবৰ্জিতঃ ।

গুরুপদিক্তমার্গেণ যোগমেব সমভ্যসেৎ ॥১৪॥

বিশেষণং বিশেষ্যেণ বহুলমিত্যত্র বহুলগ্রহণাদ্বিশেষণানাং কৰ্ম্মধারয়ঃ । ননু-
 চনীচায়তশব্দানাং ভিন্নার্থকানাং কথং কৰ্ম্মধারয়ঃ । তৎপুরুষঃ সমানাধিকরণঃ
 কৰ্ম্মধারয় ইতি তল্লক্ষণাদিতি চেম্ম । মঠে তেষাং সামানাধিকরণ্যসম্ভবাৎ ।
 ন চাত্যুচনীচায়তং নাভ্যুচনীচায়তং ন শকেন সমাসাৎ ন লোপাভাবঃ নেতি
 পৃথক্পদং বা । অত্যাচ্চে আরোহণে শ্রমঃ স্ফাদিতি । নীচেহবরোহণে শ্রমো
 ভবেৎ । অতায়তে দূরং দৃষ্টির্গচ্চেৎ । তন্নিরাকরণার্থমুক্তং নাভ্যুচনীচায়ত-
 মिति । সম্যক্‌সমীচীনতয়া গোময়েন গোপুরীষেণ সাজ্জং যথা ভবতি তথা
 লিপ্তং । অমলং নির্মলং । নিঃশেষা নিখিলা যে জন্তুবো মশকমংকুণাচ্ছান্ত-
 রুক্তিতং ত্যক্তং রহিতং । বাহ্যে মঠাৎ বহিঃপ্রদেশে মণ্ডপঃ শালাবিশেষঃ
 বেদিঃ পরিকৃতা ভূমিঃকূপো জলাশয়বিশেষঃ তৈঃ রুচিরং রমণীয়ং । প্রাকারেণা-
 বরণেন সম্যক্‌ বেষ্টিতং পরিতো ভিত্তিযুক্তমিত্যর্থঃ । হঠাভ্যাসিভিঃ হঠযোগা-
 ভ্যাসনশীলৈঃ সিদ্ধৈঃ । ইদং পূৰ্ব্বোক্তমঙ্গদ্বারাদিকং যোগমঠস্ত লক্ষণং স্বরূপং
 প্রোক্তং কথিতং । নন্দিকেশ্বরপুরাণে হেবং মঠলক্ষণমুক্তং । মন্দিরং রম্য-
 বিদ্যাসং মনোজ্ঞং গন্ধবাসিতং । ধূপামোদাদিস্থরভি কুসুমোৎকরমণ্ডিতং ।
 মুনিতীর্থনদীক্লপদ্বিনীশৈলশোভিতং । চিত্রকৰ্ম্মনিবদ্ধং চ চিত্রবেদীবিচি-
 ত্রিতং । কুৰ্ঘাদ্যযোগগৃহং ধীমান্ সুরম্যং শুভবস্তুনা । দৃষ্ট্বা চিত্রগতাং শ্চাস্তা-
 স্বনীন য়াতি মনঃ শমং । সিদ্ধান্ দৃষ্ট্বা চিত্রগতান্ মতিরভ্যুতমে ভবেৎ । মধ্যে
 যোগগৃহস্তাথ লিখৎসংসারমণ্ডলং । শাশানং চ মহাবোরং নরকাংশ্চ লিখৎ
 কচিৎ । তান্ দৃষ্ট্বা ভীষণাকারান্ সংসারে সারবৰ্জ্জিতে । অনবসাদো ভবতি
 যোগী সিদ্ধ্যভিলাষুকঃ । পশুৎশ্চ ব্যাধিতান্ জন্তুস্বতান্ মতাংশ্চলদ্বগান্ ॥১৩ ॥

মঠলক্ষণমুক্তা মঠে যৎকর্তব্যং তদাহ । এবম্বিধ ইতি । এবং
 পূৰ্ব্বোক্তা বিধা প্রকারো यस্য স তথা পূৰ্ব্বোক্তলক্ষণ ইত্যর্থঃ । তস্মিন্
 স্থিত্ব স্থিতিং কৃत्वा সৰ্ব্বা য়াশ্চিন্তাস্তাভিবিঃশেষেণ বৰ্জ্জিতো রহিতোহশেষচিন্তা-
 রহিতঃ । গুরুপদিক্তো যো মার্গঃ হঠাভ্যাসপ্রকাররূপস্তেন সদা নিত্যং

অত্যাহারঃ প্রয়াসশ্চ প্রজ্ঞো নিয়মগ্রহঃ ।

জনসঙ্গশ্চ লৌল্যং চ ষড়্ভির্যোগো বিনশ্যতি ॥১৫॥

উৎসাহাৎ সাহসাদ্ধৈর্ধ্যাত্তত্ত্বজ্ঞানাক্ষ নিশ্চয়াৎ ।

জনসঙ্গপরিত্যাগাৎ ষড়্ভির্যোগঃ প্রসিধ্যতি ॥১৬॥

যোগমেবাভ্যাসেৎ । এবশকেনাভ্যাসান্তরম্য যোগে বিঘ্নকরত্বং সূচিতং ।
তদুক্তং যোগবীজে । মরুজ্জয়ো যস্য সিদ্ধস্তং সেবেত গুরুং সদা । গুরু-
বক্তৃপ্রসাদেন কুর্যাৎ প্রাণজয়ং বুধঃ । রাজযোগে । বেদান্ততর্কোক্তিভি-
রাগমৈশ্চ নানাবিধৈঃ শাস্ত্রকদম্বকৈশ্চ । ধ্যানাদিভিঃ সংকরণৈর্ন গম্য-
শ্চিস্তামণিঃ হ্যেকগুরুং বিহায় । স্তম্ভপুরাণে । আচার্যাদ্যোগসম্বন্ধমবাপ্য
স্থিরবীঃ স্বয়ং । যথোক্তং লভতে তেন প্রাপ্নোত্যপি চ নিবৃত্তিঃ । হুবে-
শ্বরাচার্য্যঃ । গুরুপ্রসাদাৎ লভতে যোগমষ্টাঙ্গসংযুতং । শিবপ্রসাদালভতে
যোগসিদ্ধিঃ চ শাশ্বতীং ॥ শ্রুতিশ্চ । যন্ত দেবে পরা তত্তির্য্যথা দেবে তথা
গুরো । তস্মৈন্যতে কথিতা ছর্থাঃ প্রকাশন্তে মহাশ্মন ইতি । আচার্য্যবান্
পুরুষো বেদেতি চ ॥ ১৪ ॥

অথ যোগাভ্যাসপ্রতিবন্ধকানাহ । অত্যাহার ইতি । অতিশয়িত
আহারোৎত্যাহারঃ ক্ষুধাপেক্ষাধিকভোজনং । প্রয়াসঃ শ্রমজননানু-
কূশো ব্যাপারঃ । প্রকৃষ্টো জলঃ প্রজল্লঃ বহুভাষণং । শীতোদকেন প্রাতঃ-
স্নাননক্ভোজনফলাহারাদিরূপনিয়মস্য গ্রহণং নিয়মগ্রহঃ । জনানাং সঙ্গঃ
জনসঙ্গঃ কামাদিজনকত্বাৎ । লোলম্য ভাবঃ লৌল্যং চাক্ল্যং । ষড়্ভি-
র্ভত্যাহারাতিভিরভ্যাসপ্রতিবন্ধাৎ । যোগঃ বিনশ্চতি বিশেষণ নশ্চতি ॥১৫॥

অথ যোগসিদ্ধিকরানাহ । উৎসাহাদিতি । বিষয়প্রবণং চিত্তং
নিরোৎসাহম্যেবেত্যুদ্যোগঃ উৎসাহঃ । সাধ্যত্বাসাধ্যত্বেহপরিভাব্য
সহসা প্রবৃত্তিঃ সাহসং । যাবজ্জীবনং সেংসত্যেবেত্যুদ্যোগে দৈর্ঘ্যং ।
বিষয়া যুগত্বাঙ্গলবদসত্ত্বঃ ব্রহ্মৈব সত্যমিতি বাস্তবিকং জ্ঞানং তত্ত্বজ্ঞানং
যোগানাং বাস্তবিকং জ্ঞানং বা । শাস্ত্রগুরুবাক্যেযু বিশ্বাসো নিশ্চয়ঃ

অথ যমনিয়মাঃ ।

“অহিংসা সত্যমস্তেয়ং ব্রহ্মচর্য্যং ক্ষমা ধৃতিঃ ।

দয়াজ্জবং মিতাহারঃ শৌচং চৈব যমা দশ ॥ক॥

তপঃ সন্তোষ আস্তিক্যং দানমীশ্বরপূজনম্ ।

সিদ্ধান্তবাক্যশ্রবণং শ্রীমতী চ তপো হৃতম্ ।

নিয়মা দশ সংপ্রোক্তা যোগশাস্ত্রবিশারদৈঃ” ॥খ॥

হঠম্য প্রথমাস্ত্রাদাসনং পূর্ব্বমুচ্যতে ।

কুর্য্যাভদাসনং স্বেৰ্য্যমারোগ্যং চান্ধলাঘবম্ ॥১৭ ॥

বশিষ্ঠাদৈশ্চ মুনিভির্ম্মসোদ্রাদৈশ্চ যোগিভিঃ ।

অঙ্গীকৃতান্যাসনানি কথ্যন্তে কানিচিন্ময়া ॥১৮॥

প্রকৃতি যাবৎ । জনানাং যোগাভ্যাসপ্রতিকূলানাং যঃ সঙ্গস্তত্র পরিত্যাগাৎ ।

ষড়্ভিরেভির্যোগঃ প্রকর্ষণাবিলম্বেন সিদ্ধ্যতীত্যর্থঃ ॥ ১৬ ॥

আদাবাসনকথনে সঙ্গতিঃ সামান্যতন্ত্বংফলং চাহ । হঠশ্রেতি ।

হঠম্য ‘আসনং কুন্তকং চিত্রং মুদাখ্যং করণং তথা । অথ নাদানুসন্ধানং’

ইতি বক্ষ্যমাণানি চত্বারিঙ্গানি । প্রত্যাহারাদিসমাধান্তানাং নাদানুসন্ধানং

নেহন্তর্ভাবঃ । তদ্বধ্যে আসনস্ত প্রথমাস্ত্রত্বাৎ পূর্ব্বমাসনমুচ্যত ইতি সম্বন্ধঃ ।

তদাসনং স্বেৰ্য্যং দেহস্য মনসঃ চাকল্যরূপরজোবর্ষ্মনাশকত্বেন স্থিরতাঃ কুর্য্যাৎ ।

আসনেন রজো হন্তীতি বাক্যাৎ । আরোগ্যং চিত্তবিক্ষেপকরোগাভাবঃ ।

রোগস্ত চিত্তবিক্ষেপকত্বমুক্তং পাতঞ্জলহৃত্রে । ব্যাধিরুখানসংশয়প্রমাদা-

লস্যাবিরতিভ্রান্তির্দর্শনালক্লৃমিকল্পানবস্থিতত্বানি চিত্তবিক্ষেপান্তেহন্তরায়ী

ইতি । অঙ্গানাং লাঘবং লঘুত্বং গৌরবরূপতমোবর্ষ্মনাশকত্বমপ্যেতেনোক্তং ।

চকারাৎ ক্ষুদ্ৰদ্যাদিকমপি বোধ্যং ॥ ১৭ ॥

বশিষ্ঠাদিসম্মতাসনমধ্যে শ্রেষ্ঠানি ময়োচ্যন্ত ইত্যাহ । বশিষ্ঠা-

দৈর্যিতি । বশিষ্ঠ আত্মো যেষাং যাজ্ঞবল্ক্যাদীনাং তৈশ্চ মুনিভির্ম্মন-

শীলৈঃ । চকারান্মন্তাদিপরেঃ । মসোদ্র আদ্যো যেষাং জালঙ্করনাথা-

জানুর্কোরিত্তরে সম্যক্ কৃত্বা পাদতলে উভে
 ঋজুকায়ঃ সমাসীনঃ স্বস্তিকং তৎ প্রচক্ষতে ॥১৯॥
 সব্যে দক্ষিণগুলফংতু পৃষ্ঠপার্শ্বে নিয়োজয়েৎ ।
 দক্ষিণেহপি তথা সব্যং গোমুখং গোমুখাকৃতি ॥২০॥
 একং পাদং তথৈকস্মিন্ বিন্যসেদুৎকৃণি স্থিতম্ ।
 ইতরস্মিন্স্থথা চোক্ষং বীরাসনমিতিরিতম্ ॥২১॥
 গুদং নিরুদ্ধ্য গুল্ফাভ্যাং ব্যুৎক্রমেণ সমাহিতঃ ৷ ১ ৷

দীনাং তৈঃ। যোগিভিঃ হঠাভ্যাসিভিঃ। চকারানুদ্ভাদিপটৈঃ। অঙ্গী-
 কৃতানি চহুরশীতাসনানি তন্মধ্যে কানিচিং শ্রেষ্ঠানি ময়া কথ্যন্তে।
 যদ্যপ্যভ্যাসোপায়াঃ মননহঠাভ্যাসৌ স্তস্তথাপি বশিষ্ঠাদীনাং মননঃ মুখ্যং
 মংস্যেদ্রাদীনাং হঠাভ্যাসো মুখ্য ইতি পৃথক্ গ্রহণং ॥ ১৮ ॥

তত্র শ্লোকস্তাং প্রথমং স্বস্তিকাসনমাহ। জানুর্কোরিতি। জানু
 চ উরুশ্চ। অত্র জানুশব্দেন জানুসম্বিহিতো জজ্ঞাপ্রদেশো গ্রাহ্যঃ।
 জজ্ঞাকোরিতি পাঠস্ত্ব সাধীয়ান্। তয়োরন্তরে মধ্যে উভে পাদয়োস্তলে
 তলপ্রদেশৌ কৃত্বা ঋজুকায়ঃ সমকায়ঃ যত্র সমাসীনো ভবেৎ তদাসনং
 স্বস্তিকং স্বস্তিকাখ্যং প্রচক্ষতে বদন্তি যোগিন ইতি শেষঃ। শ্রীধরেণোক্তং
 উরুজজ্ঞাস্তরাধায় প্রপদে জানুমধ্যগে। যোগিনো যদবস্থানং স্বস্তিকং
 তদ্বিত্ববুধাঃ ॥ ১৯ ॥

গোমুখাসনমাহ। সব্য ইতি। সব্যে বামে পৃষ্ঠস্য পার্শ্বে
 সম্প্রদায়্যৎ কটেরধোভাগে দক্ষিণং গুলফং নিতরাং যোজয়েৎ। গোমুখ-
 স্যাকৃতির্বস্য ততাদৃশং গোমুখসংজ্ঞকমাসনং ভবেৎ ॥ ২০ ॥

বীরাসন মাহ। একমিতি। একং দক্ষিণং পাদং। তথা পাদপূরণে।
 একস্মিন্ বামোৎকৃণি স্থিতং বিন্যসেৎ। ইতরস্মিন্ বামে পাদে উরুং
 দক্ষিণং বিন্যসেৎ। তদ্বীরাসনমিতিরিতং কথিতং ॥ ২১ ॥

কুর্মাশনমাহ। গুদমিতি। গুল্ফাভ্যাং গুদং নিরুদ্ধ নিয়ম্য

প্রগৃহ্য তিষ্ঠেৎ পরিবর্তিতাঙ্গঃ
 ত্রীমৎস্যনাথোদিতমাসনং স্যাৎ ॥২৬॥
 প্রচণ্ডরুণ্ডমণ্ডলখণ্ডনাস্ত্রম্
 মৎস্যোল্পীঠং জঠরপ্রদীপ্তিং ।
 অভ্যাসতঃ কুণ্ডলিনীপ্রবোধঃ
 চন্দ্রস্থিরত্বং চ দদাতি পুংসাম্ ॥২৭॥
 প্রসার্য্য পাদৌ ভুবি দণ্ডরূপৌ
 দোৰ্ভ্যাং পদাগ্রন্বিতয়ং গৃহীত্বা ।

পরিগৃহ্য । জানোদক্ষিপাদজানোব'হিঃ প্রদেশে বেষ্টিতো যো বামপাদস্তং
 বামপাদজানোব'হিবেষ্টিতদক্ষিপাণিনিষ্পৃষ্ঠে প্রগৃহ্য । পরিবর্তিতাঙ্গঃ বামভা-
 গেণ পৃষ্ঠতোমুখঃ যথা স্যাদেবং পরিবর্তিতং পরাবর্তিতমঙ্গং যেন স তথা
 তাদৃশো যত্র তিষ্ঠেৎ স্থিতিং কুৰ্য্যাৎ তদাসনং মৎস্যোল্পীঠনাথোদিত-
 কথিতং স্যাৎ । তদুদিতত্বাৎ তন্মামকমেব বদন্তি । এবং দক্ষৌকমূলার্ণিত-
 বামপাদং পৃষ্ঠতোগতদক্ষিপাণিনি প্রগৃহ্য বামজানোব'হিবেষ্টিতং দক্ষ-
 পাদং দক্ষিপাদজানোব'হিবেষ্টিতবামপাণিনি প্রগৃহ্য দক্ষভাগেণ পৃষ্ঠতো
 মুখং যথা স্যাদেবং পরিবর্তিতাঙ্গশ্চাত্যসেৎ ॥২৬॥

মৎস্যোল্পীঠাসনস্য ফলমাহ । প্রচণ্ডং ছঃসহং রুজাং বোগানাং
 মণ্ডলং সমূহঃ তস্য খণ্ডনে ছেদনেহস্তমস্ত্রমিব তাদৃশং মৎস্যোল্পীঠং মৎস্য-
 ল্পীঠাসনং । অভ্যাসতঃ প্রত্যহমাবর্তনরূপাদভ্যাসাং পুংসাং জঠরবস্যা জঠরাগেঃ
 প্রকৃষ্টাং দীপ্তিং বৃদ্ধিং দদাতি । তথা কুণ্ডলিন্যা আধারশক্তেঃ প্রবোধঃ
 নিদ্রাভাবং তথা চন্দ্রস্য তালুন উপরিভাগে স্থিতস্য নিত্যং ক্ষরতঃ স্থিরত্বং
 ক্ষরণাভাবং চ দদাতীত্যর্থ ॥২৭॥

পশ্চিমতানাসনমাহ । প্রসার্য্যেতি । ভুবি ভূমৌ দণ্ডস্য রূপমিব
 রূপং যম্বোদ্ধৌ দণ্ডাকারৌ ম্লিষ্টগুল্কৌ প্রসার্য্য প্রসারিতৌ কৃষা ।
 দোৰ্ভ্যামাকৃষ্ণিততর্জ্জনীভ্যাং ভুজাভ্যাং পদৌ পাদয়োশ্চাগ্রে অগ্রভাগৌ
 তয়োদ্বিতয়ং দ্বয়মঙ্গুষ্ঠপ্রদেশযুগ্মং বলামাকর্ষণপূর্ব্বকং যথা জাম্বোভাগস্য

জানুপরি ন্যস্তললাটদেশো

বসেদিদং পশ্চিমতানমাত্ঃ ॥২৮॥

ইতি পশ্চিমতানমাসনাথ্যং

পবনং পশ্চিমবাহিনং কৰোতি ।

উদয়ঃ জঠরানলস্য কুর্য্যাৎ

উদরে কাশ্যমরোগতাং চ পুংসাম্ ॥২৯॥

ধরামবষ্টভ্য করদ্বয়েন

তৎকৃপ'রস্থাপিতনাভিপাশ্বঃ ।

উচ্চাসনো দণ্ডবদুখিতঃ স্যান্-

मयूरमेत९ प्रवदन्ति पीठम् ॥३०॥

হরতি সকল রোগানাশু গুল্মোদরাদীন

ভূমেকুখানং ন স্যাৎ তথা গৃহীত্ব। জানোকুপরি ন্যস্তঃ ললাটদেশো যেন
তাদৃশো যত্র বসেৎ। ইদং পশ্চিমতাননামকমাসনমাত্ঃ ॥২৮॥

অথ তৎফলং । ইতীতি । ইতি পূৰ্বোক্তমাসনেষগ্র্যং মুখ্যং পশ্চিম-
তানং পবনং প্রাণং পশ্চিমবাহিনং পশ্চিমেণ পশ্চিমভাগেন সুষুম্না-
মার্গেণ বহতীতি পশ্চিমবাহী তং তাদৃশং কৰোতি । জঠরানলস্য জঠরে
যোহনলোহগ্নিস্তদ্যোদয়ং বৃদ্ধিং কুর্যাৎ । উদরে মধ্যমপ্রদেশে কাৰ্ষ্যং
কৃশত্বং কুর্যাৎ । অরোগতামারোগ্যং চকারান্নাতাবলনাদিসাম্যং কুর্যাৎ ॥২২॥

অথ ময়ূরাসনমাহ। ধরামিতি । করদ্বয়েন করয়োদ্ধৃৎ যুগ্মং
তেন ধরাং ভূমিং অবষ্টভ্যাবলম্ব্য প্রসারিতাঙ্গুলী ভূমিসংলগ্নতলে
সন্ধিহিতৌ করৌ কৃৎবা ইত্যর্থঃ। তস্য করদ্বয়স্য কূর্পরষোৰ্ভূজমধ্য-
সন্ধিভাগয়োঃ স্থাপিতে ধ্বতে নাভে: পার্শ্বে পার্শ্বভাগৌ যেন স উচ্চাসন
উচ্চমুল্লতমাসনং যস্যৈ তাদৃশঃ শূন্যো দণ্ডবৎ দণ্ডেন তুল্যমুখিত উৰ্দ্ধ্বে স্থিতো
যত্র ভবতি । তন্মায়ূরং ময়ূরস্যেদং তৎসম্বন্ধিতান্নামকং প্রবদন্তি যোগিন
ইতি শেষঃ ॥৩০॥

মম্বুরাসনগুণানাহ। হরতীতি। ঔষ্মো রোগবিশেষঃ। উদর
জ্বলোদরং তে আদী যেষাং প্লীহাদীনাং তে তথা তান্ সকলরোগান্

অভিভবতি চ দোষানাসনং শ্রীময়ূরম্ ।

বহুকদশনভুক্তং ভস্ম কুর্যাদশেষং

জনয়তি জঠরাগ্নিং জারয়েৎ কালকূটম্ ॥৩১॥

উত্তানং শাববদ্ধুমৌ শয়নং তচ্ছবাসনম্ ।

শবাসনং শ্রান্তিহরং চিত্তবিশ্রান্তিকারকম্ ॥৩২॥

চতুরশীত্যাসনানি শিবেন কথিতানি চ ।

তেভ্যশ্চতুষ্কমাদায় সারভূতং ব্রবীমহ্যম্ ॥৩৩॥

সকলা যে রোগাস্তানাশ হরতি নাশয়তি । শ্রীময়ূরমাসনমিতি সর্বত্র

সম্বধ্যতে । দোষান্ বাতপিত্তকফানালম্যাদীংশ্চাভিভবতি তিরস্করোতি ।
বহুতিশয়িতম্ কদশনং কদম্বং যদভুক্তং তদশেষং সমস্তং ভস্ম কুর্য্যাৎ
পাচয়েদিত্যর্থঃ । জঠরানলং জনয়তি প্রাহুর্ভাবয়তি । কালকূটং বিষং
কালকূটবদপকারকাম্ জারয়েজ্জীর্ণং কুর্য্যাৎ পাচয়েদিত্যর্থঃ ॥৩১॥

শবাসনমাহাঙ্কেন । উওনমিতি । শবেন গৃতশরীরেণ তুলাং শববদ্ধ-
তানং ভূমিসংলগ্নং পৃষ্ঠং যথা স্যাত্তথা শয়নং নিদ্রায়ামিব সন্নিবেশো
যতচ্ছবাসনং শবাখ্যমাসনং । শবাসনপ্রয়োজনমাহ । উত্তরাঙ্কেন । শবাসনং
শ্রান্তিং হঠাভ্যাসশ্রমং হরতীতি শ্রান্তিহরং । চিত্তস্য বিশ্রান্তির্বিশ্রামস্তস্যঃ
কারকং ॥৩২॥

বক্ষ্যমাণাসনচতুষ্টয়স্য শ্রেষ্ঠত্বং বদনম্ । চতুরশীতীতি । শিবেন
ঈশ্বরেণ চতুরধিকশীতিসংখ্যান্যাসনানি কথিতানি চকারাচ্চতুরশীতি-
লক্ষাণি চ । তদুক্তং গোরক্ষনাথেন । আসনানি চ তাবন্তি যাবন্ত্যা
জীবজাতয়ঃ । এতেষামখিলান্ ভেদান্ বিজানাতি মহেশ্বরঃ । চতুরশীতি
লক্ষাণি একৈক্যং সমুদাহৃতং । ততঃ শিবেন পীঠানাং বোড়শোনং
শতং কৃতমিতি । তেভ্যঃ শিবোক্তচতুরশীতিলক্ষাসনানাং মধ্যে প্রশস্তানি
যানি চতুরশীত্যাসনানি তেভ্য আদায় গৃহীত্বা সারভূতং শ্রেষ্ঠভূতং চতুষ্কমহং
ব্রবামীত্যম্বয়ঃ ॥৩৩॥

সিদ্ধং পদং তথা সিংহং ভদ্রং চেতি চতুষ্টয়ম্ ।
 শ্রেষ্ঠং তত্রাপি চ স্থখে তিষ্ঠেৎ সিদ্ধাসনে সদা ॥৩৪॥
 যোনিস্থানকমস্থি মূলঘটিতং কৃৎস্না দৃঢ়ং বিন্যসেন্-
 মেত্রে পাদমথৈকমেব হৃদয়ে কৃৎস্না হনুং স্থস্থিরম্ ।
 স্থাণুঃ সংযমিতেন্দ্রিয়োহচলদৃশা পশ্চেদ্ভুবোরস্তরং
 হ্যেতন্মোক্ষকপাটভেদজনকং সিদ্ধাসনং প্রোচ্যতে ॥৩৫॥
 মতান্তরেতু ।
 মেঢ়াদুপরি বিন্যস্য সব্যং গুলফং তথোপরি ।
 গুলফান্তরং চ নিক্ষিপ্য সিদ্ধাসনমিদং ভবেৎ ॥৩৬॥

তদেব চতুষ্কং নাম্না নির্দিশতি । সিদ্ধং সিদ্ধাসনং । পদং পদাসনং ।
 সিংহং সিংহাসনং । ভদ্রং ভদ্রাসনং । ইতি চতুষ্টয়ং শ্রেষ্ঠমতিশয়েন
 প্রশস্যৎ । তত্রাপি চতুষ্টয়ে স্থখে স্থখকরে সিদ্ধাসনে সদা তিষ্ঠেৎ । এতেন
 সিদ্ধাসনং চতুষ্টয়েহপ্যংকুষ্ঠমিতি স্চিতং ॥৩৪॥

আসনচতুষ্টয়েহপ্যংকুষ্ঠস্তাৎ প্রথমং সিদ্ধাসনমাহ । যোনিস্থানক-
 মিতি । যোনিস্থানমেব যোনিস্থানকং স্বার্থে কপ্রত্যয়ঃ । গুদোগপস্থ-
 যোর্মধ্যমপ্রদেশে পদং যোনিস্থানং তৎ । অজির্বামশ্চরণস্তস্য মূলে
 পাক্ষিভাগেন ঘটিতং সংলগ্নং কৃৎস্না । স্থানান্তরং একং পাদং দক্ষিণং পাদং
 মেট্রেন্দ্রিয়সোপরিভাগে দৃঢ়ং যথা স্যাৎ তথা বিন্যসেৎ । হৃদয়ে হৃদয়-
 সমীপে হনুং চিবকং স্থস্থিরং সমাক্ স্থিরং কৃৎস্না হনুহৃদয়য়োঃচতুরঙ্গুলান্তরং
 যথা ভবতি তথা কৃৎস্নেতি ব্রহ্ম্যৎ । সংযমিতানি বিষয়েভ্যঃ পরাবৃত্তানী-
 ন্দ্রিয়ানি যেন স তথা । অচলা যা দৃক্ দৃষ্টিস্তয়া ভুবোরস্তরং মধ্যং পশ্যেৎ ।
 হি প্রসিদ্ধং মোক্ষস্য যৎকপাটং প্রতিবন্ধকং তস্য ভেদং নাশং জনয়তীতি
 তাদৃশং । সিদ্ধানাং যোগিনাং আন্তেহজ্রাস্যতেহনেনেতি বা আসনং সিদ্ধাসন-
 নামকমিদং ভবেদিত্যর্থঃ ॥৩৫॥

মৎস্যেন্দ্রসম্মতং সিদ্ধাসনমুক্তান্যসম্মতং বক্তুমাহ । মতান্তরে

এতৎ সিদ্ধাসনং প্রাহুরন্যো বজ্রাসনং বিহুঃ ।

মুক্তাসনং বদন্ত্যেকো প্রাহুগুপ্তাসনং পরে ॥৩৭॥

যমেধিব মিতাহারমহিংসাং নিয়মেধিব ।

মুখ্যং সৰ্ব্বাসনেষেকং সিদ্ধাঃ সিদ্ধাসনং বিহুঃ ॥৩৮॥

চতুরশীতিপীঠেষু সিদ্ধমেব সদাভ্যাসেৎ ।

দ্বাসপ্ততি সহস্রাণাং নাড়ীনাং মলশোধনম্ ॥৩৯॥

ত্বিতি । তদেব দর্শয়তি মেট্রাদিতি । মেট্রাহুপহুপার্ধ্যুর্দ্ধভাগে সবাং
বামগুহ্যং বিন্যস্য তথা সব্যবহুপরি মুখ্যপাদম্যোপরি নতু সব্যগুহ্যস্য
গুহ্যস্তরং দক্ষিণগুহ্যং চ নিক্ষিপ্য বসেদিতি শেষঃ । ইদং সিদ্ধাসনং
মতান্তরাভিমতমিত্যভেদ ইত্যর্থঃ ॥৩৯॥

তত্র প্রথমং মহাসিদ্ধসম্মতমিতি ক্ষুদ্রীকর্তৃমস্যৈব মতভেদান্নাম-
ভেদানাং । এতদিতি । এতৎ পূর্বোক্তং সিদ্ধাসনং সিদ্ধাসননামকং
প্রাহুঃ কেচিদিতিব্যাহারঃ । অন্যো বজ্রাসনং বজ্রাসনসম্বন্ধকং বিহুঃ জ্ঞাত্বিতি ।
একে মুক্তাসনং মুক্তাসনানিধং বদন্তি । পরে গুপ্তাসনং গুপ্তাসনানাং
প্রাহুঃ । অত্রাসনানিধাঃ । যত্র বামপাদপার্শ্বিঃ যোনিস্থানে নিয়োজ্য
দক্ষিণপাদপার্শ্বিঃ মেট্রাহুপরি স্থাপ্যতে তদ্বজ্রাসনং । যত্র তু দক্ষিণসব্য-
পার্শ্বিঃ স্বমুপার্ধ্যভাগেন সংযোজ্য যোনিস্থানে সংযোজ্যতে তন্মুক্তা-
সনং । যত্র চ পূর্ববৎ সংযুক্তং পার্শ্বিঃ স্বয়ং মেট্রাহুপরি নির্ধার্যতে তদ্-
গুপ্তাসনমিতি ॥৩৭॥

অথ সপ্ততিঃ শ্লোকৈঃ সিদ্ধাসনং প্রশংসতি । যমেধিত্যাदिতিঃ ।
যমেধু মিতাহারমিবা মিতাহারঃ বক্ষ্যমাণঃ স্নিগ্ধমধুরাহার ইত্যাদিনাং ।
নিয়মেধু অহিংসামিব । সৰ্ব্বানি যানি আসনানি তেষু সিদ্ধাঃ একং সিদ্ধাসনং
মুখ্যং বিহুরিতি সম্বন্ধঃ ॥৩৮॥

চতুরশীতি । চতুরধিকাশীতি সংখ্যকানি যানি পীঠানি তেষু সিদ্ধমেব
সিদ্ধাসনমেব সদা সৰ্ব্বদাভ্যাসেৎ । সিদ্ধাসনস্য সদাভ্যাসে হেতুগতং বিশেষণং
দ্বাসপ্ততি সহস্রাণাং নাড়ীনাং মলশোধনং শোধকং ॥৩৯॥

'আত্মাধ্যায়ী মিতাহারী যাবদ্দ্বাদশবৎসরম্ ।
 সদা সিদ্ধাসনাত্যাসাদ্ যোগী নিম্পত্তিমাণ্ডুয়াৎ ॥৪০॥
 কিমনৈর্বহুভিঃ পীঠৈঃ সিদ্ধে সিদ্ধাসনে সতি ॥৪১॥
 প্রাণানিলে সাবধানে বন্ধে কেবলকুন্তকে ।
 উৎপদ্যতে নিরাস্যাসাৎ স্বয়মেবোন্মনীকলা ॥৪২॥
 তথৈকস্মিন্নেব দৃঢ়ে সিদ্ধে সিদ্ধাসনে সতি ।
 বন্ধত্রয়মনায়াসাত্ স্বয়মেবোপজায়তে ॥৪৩॥
 নাসনং সিদ্ধসদৃশং ন কুন্তুঃ কেবলোপমঃ ।
 ন খেচরী সমা মুদ্রা ন নাদসদৃশো লয়ঃ ॥৪৪॥

আত্মাধ্যায়ীতি । আত্মানং ধ্যায়তীত্যাত্মাধ্যায়ী মিতাহারোহস্তাস্তীতি
 মিতাহারী । যাবন্তো দ্বাদশ বৎসরাঃ যাবদ্দ্বাদশবৎসরম্ । যাবদবধারণ
 ইত্যব্যয়ীভাবঃ সমাসঃ । দ্বাদশবৎসরপর্যন্তমিত্যর্থঃ । সদা সর্বদা সিদ্ধাসনস্যা-
 ত্যাসাদ্ যোগী যোগাত্মানী নিম্পত্তিং যোগসিদ্ধিমাণ্ডুয়াৎ প্রাণ্ডুয়াৎ যোগান্তরা-
 ত্যাসমস্তুরেণ সিদ্ধাসনাত্যাসমাগ্রেণ সিদ্ধিং প্রাণ্ডুয়াদিত্যর্থঃ ॥৪০॥

কিমনৈর্যিতি । সিদ্ধাসনে সিদ্ধে সত্যনৈর্বহুভিঃ পীঠৈরাসনৈঃ কিং ন
 কিনাপীত্যর্থঃ ॥ ৪১ ॥

সাবধানে প্রাণানিলে প্রাণবায়ৌ কেবলকুন্তকে বন্ধে সতি উন্ননী উন্নন্যবস্থা
 সা কলেবাহ্লাদকঙ্কাজ্জলেধেব নিরাস্যাসাদনায়াসাত্ স্বয়মেবোৎপদ্যত
 উদেতি ॥৪২॥

তথেন্তি । তথোক্তপ্রকারেণৈকস্মিন্নেব সিদ্ধে দৃঢ়ে বন্ধে সতি বন্ধত্রয়ঃ
 মূলবন্ধোভীজানবন্ধজালন্ধরবন্ধরূপমনায়াসাত্ । পার্শ্বমার্গেণ সংপীড়্য ধোনি-
 মাকুঞ্চয়েদ্রুতমিত্যাদিবক্ষ্যমাণমূলবন্ধাদিষায়াসস্তঃ বিনৈব স্বয়মেবোপজায়তে
 স্বত এবোৎপদ্যত ইত্যর্থঃ ॥ ৪৩ ॥

নাসনমিত । সিদ্ধেম সিদ্ধাসনেন সদৃশমাসনং নাস্তীতি শেষঃ । কেবলেন
 কেবলকুন্তকেনোপমীয়ত ইতি কেবলোপমঃ কুন্তুঃ কুন্তকো নাস্তি ।

অর্থ পদ্মাসনং ।

বামোরূপরি দক্ষিণং চ চরণং সংস্থাপ্য বামং তথা ।

দক্ষোরূপরি পশ্চিমেণ বিধিনা ধৃত্বা করাভ্যাং দৃঢ়ম্ ।

অঙ্গুষ্ঠৌ হৃদয়ে নিধায় চিবুকং নাসাগ্রমালোকয়ে-

দেতব্যাধিবিনাশকারি যমিনাং পদ্মাসনং প্রোচ্যতে ॥৪৫॥

উত্তানৌ চরণৌ কৃৎ। উরুসংস্থৌ প্রযত্নতঃ ।

উরুমধ্যে তথোত্তানৌ পাণী কৃৎ। ততো দৃশৌ ॥৪৬॥

খেচরী মুদ্রাসমা মুদ্রা নাস্তি । নাদসদৃশৌ লয়ঃ লয়হেতুর্নাস্তি ॥৪৪॥

যমাসনং বক্তৃমুপক্রমতে অথেন্তি । পদ্মাসনমাহ বামোরূপরি ইতি ।
বামো য উরুস্তম্ভোপরি দক্ষিণং । চকারঃ পাদপূর্ণে । সংস্থাপ্য সম্যগ্-
ত্বাং স্থাপয়িত্বা বামং সবাং চরণং তথা দক্ষিণচরণবৎ । দক্ষঃ দক্ষিণো
য উরুস্তম্ভোপরি সংস্থাপ্য পশ্চিমেণ ভাগেন পৃষ্ঠভাগেনৈতি । বিধিবিধানং
করয়োরিত্যর্থঃ । তেন করাভ্যাং হস্তাভ্যাং দৃঢ়ং যথা স্যাৎ তথা
পাদাঙ্গুষ্ঠৌ ধৃত্বা গৃহীত্বা । দক্ষিণকরণং পৃষ্ঠতঃ কৃৎ। বামোরূপস্থিতদক্ষিণ-
চরণাঙ্গুষ্ঠং গৃহীত্বা বামকরণং পৃষ্ঠতঃ কৃৎ। দক্ষিণোরূপস্থিতবামচরণাঙ্গুষ্ঠং গৃহীত্বৈ-
ত্যর্থঃ । হৃদয়ে হৃদয়সমীপে । সামীপ্যাধারে সপ্তমী । চিবুকং হনুঃ
নিধায়োরসশ্চত্বরঙ্গুলাস্তরে চিবুকং নিধায়েতি রহস্যং । নাসাগ্রং নাসিকাগ্র-
মালোকয়েৎ পশ্যেৎ যত্রৈতদ্যমিনাং যোগিনাং ব্যাধেঃ বিনাশং করৌতীতি
ব্যাধিবিনাশকারি পদ্মাসনমেতন্মামকং প্রোচ্যতে সিদ্ধিরিতি শেষঃ ॥৪৫॥

মংসোল্পনাধাতিমতং পদ্মাসনমাহ । উত্তানাবিতি । উত্তানৌ উরু-
সংলগ্নপৃষ্ঠভাগৌ চরণৌ পাদৌ প্রযত্নতঃ প্রকৃষ্টাদ্যহ্বাদূরুসংস্থাবূকৌঃ
সম্যক্ তিষ্ঠত ইত্যরুসংস্থৌ তাদৃশৌ কৃৎ। উরুর্মধ্যে উরুমধ্যে । তথা
চার্ধে । পাণী করৌ উত্তানৌ কৃৎ। উরুসংস্থোত্তানপাদোভয়পাক্ষিসংলগ্ন-
পৃষ্ঠং সবাং পাণিমুত্তানং কৃৎ। তত্‌পরি দক্ষিণং পাক্ষি চোত্তানং কৃৎত্ব্যর্থঃ ।
ততস্তদনন্তরং দৃশৌ দৃষ্ট্বী—॥৪৬॥

নাসাগ্রে বিন্যসেদাজদন্তমূলে তু জিহ্বয়া
উত্তম্য চিবুকং বক্ষস্থাপ্য পবনং শনৈঃ ॥৪৭॥
ইদং পদ্মাসনং প্রোক্তং সর্বব্যাবিধিনাশনং ।
দুর্লভং যেন কেনাপি ধীমতা স্তুভ্যতে ভুবি ॥৪৮॥
কৃৎসংপুটিতো করৌ দৃঢ়তরং বধ্বা তু পদ্মাসনং
গাঢ়ং বক্ষসি সন্নিধায় চিবুকং ধ্যায়ংশ্চ তচ্চেতসি ।

নাসাগ্রে নাসিকাগ্রে বিন্যসেং বিশেষণ নিশ্চলতয়া ন্যসেদিত্যর্থঃ ।
রাজদন্তানাং দংষ্ট্রাণাং সব্যদক্ষিণভাগে স্থিতানাং মূলে উভে মূলস্থানে জিহ্বয়া
উত্তম্য উর্দ্ধং স্তুভ্যিত্বা । গুরুমুখাদবগন্তব্যোহয়ং জিহ্বাবন্ধঃ । চিবুকং
বক্ষসি নিধায়েতি শেষঃ । শনৈর্মন্দংমন্দং পবনং বায়ুমুখ্যাপ্য । অনেন
মূলবন্ধঃ প্রোক্তঃ । মূলবন্ধোহপি গুরুমুখাদেবাবগন্তব্যঃ । বস্ত্তস্ত জিহ্বাবন্ধেনৈ-
বায়ং চরিতার্থ ইতি হঠরহস্যবিদঃ ॥৪৭॥

এবং যত্রাস্তুতে তদ্বদং পদ্মাসনং পদ্মাসনাভিধানং প্রোক্তং ।
আসনজৈরিতি শেষঃ । কীদৃশং সর্কেষাং ব্যাদীনাং বিশেষণ নাশনং । যেন
কেনাপি ভাগ্যহীনেন দুর্লভং । ধীমতা ভুবি ভূমৌ লভ্যতে প্রাপ্যতে ॥৪৮॥

এতচ্চ মহাযোগিসম্মতমিতি স্পষ্টয়িতুম্যদপি পদ্মাসনে কৃত্যবিশেষ-
মাহ কৃৎসংপুটিতো সংপুটীকৃতো করাবুংসঙ্গস্থাবিতি শেষঃ ।
দৃঢ়তরমতিশয়েন দৃঢ়ং স্থিহিং পদ্মাসনং বধ্বা কৃৎসংপুটিতো । চিবুকং হমুং
গাঢ়ং দৃঢ়ং যথা স্যান্তথা বক্ষসি বক্ষঃসমীপে সন্নিধায় সন্নিহিতং কৃৎসং চতুরঙ্গু
লান্তরেণেতি যোগিসম্প্রদায়াজ্জ্যেষ্ঠং জালঙ্করবন্ধং কৃৎসংপুটিতো । তৎ স্বশেষ্ট-
দেবতারূপং ব্রহ্ম বা । ও তৎসদিতি নির্দেশো ব্রহ্মণ্ডবিধিঃ স্মৃতঃ ইতি ভগ-
বত্বক্তেঃ । চেতসি চিত্তে ধ্যানং চিন্তয়ন । অপানমনিলং অপানবায়ুং উর্দ্ধং
প্রাণসারয়ন মূলবন্ধং কৃৎসং স্থূয়ামার্গেণ প্রাণমূর্দ্ধং নয়ন পুরিতং পূরকেণ
অস্তধারিতং প্রাণং ন্যকন্নীচৈরধোহয়ন গময়ন । অন্তর্ভাবিত্যর্থোহকতিঃ ।
প্রাণাপানয়োঁরৈকো কুণ্ডলিনীবোধো ভবতি । কুণ্ডলিনীবোধে স্থূয়ামার্গেণ

বারং বারমপানমুর্দ্ধমনিলং প্রোৎসারয়ন্ পুরিতং
 নৃঞ্চন্ প্রাণমুপৈতি বোধমতুলং শক্তিপ্রভাবান্নরঃ ॥৪৯॥

পদ্মাসনে স্থিতো যোগী নাড়ীদ্বারেণ পূরিতম্ ।

মারুতং ধারয়েদ্যন্তু স মুক্তো নাত্র সংশয়ঃ ॥৫০॥

অথ সিংহাসনং ।

গুল্ফো চ বৃষণস্যধঃ সীবন্যাঃ পার্শ্বয়োঃ ক্লিপেৎ ।

দক্ষিণে সব্যগুল্ফং তু দক্ষগুল্ফং তু সব্যকে ॥৫১॥

হস্তৌ তু জাঘোঃ সংস্থাপ্য স্বাস্থুলীঃ সম্প্রসার্য চ ।

ব্যাতবক্তে, নিরীক্ষেত নাসাগ্রং স্তমমাহিতঃ ॥৫২॥

সিংহাসনং ভবেদেতৎ পূজিতং যোগিপুঙ্জবৈঃ ।

বন্ধত্রিতয়সন্ধানং কুরুতে চাসনোত্তমম্ ॥৫৩॥

প্রাণো ব্রহ্মরক্ষুং গচ্ছতি । অত্র গতে চিত্তস্থৈর্যং ভবতি । চিত্তস্থৈর্যো
 সংযমাদান্নসান্ধানং কারো ভবতীত্যর্থঃ ॥৪৯॥

পদ্মাসন ইতি । পদ্মাসনে স্থিতো যোগী যোগাভ্যাসী পুরিতং
 পূরকেণান্তর্নীতং মারুতং বায়ুং সুষুম্নামার্গেণ মুর্দ্ধানং নীত্বৈতি শেষঃ । ধারয়েৎ
 স্থিরীকুর্য্যাৎ স মুক্তঃ অত্র সংশয়ো নাস্তীত্যর্থঃ ॥৫০॥

সিংহাসনমাহ । গুল্ফো চেতি । বৃষণস্যধঃ অধোভাগে সীবন্যাঃ
 পার্শ্বয়োঃ সীবন্যা উভয়ভাগয়োঃ ক্লিপেৎ প্রেরয়েৎ স্থাপয়েদিত্যি যাবৎ । গুল্ফ-
 স্থাপনপ্রকারমেরাহ দক্ষিণ ইতি । সীবন্যা দক্ষিণে ভাগে সব্যগুল্ফং স্থাপয়েৎ ।
 সব্যকে সীবন্যাঃ সব্যভাগে দক্ষিণগুল্ফং স্থাপয়েৎ ॥৫১॥

হস্তাবিতি । জাঘোরুপরি হস্তৌ তু সংস্থাপ্য সম্যক্ জাহ্নুসংলগ্ন-
 তলৌ যথা স্যাভাং তথা স্থাপয়িত্বা স্বাস্থুলীঃ হস্তাঙ্গুলীঃ সংপ্রসার্য সম্যক্
 প্রসারয়িত্বা । ব্যাতবক্তৃঃ সংপ্রসারিতললজ্জিহ্বমুখঃ স্তমমাহিত্যঃ একাগ্রচিত্তঃ
 নাসাগ্রং নাসিকাগ্রং যশ্চিন্ নিরীক্ষেত ॥৫২॥

টীকা । এতৎ সিংহাসনং ভবেৎ । কীদৃশং যোগিপুঙ্জবৈঃ যোগিপ্রেষ্ঠৈঃ

অথ ভদ্রাসনং ।

গুণ্ণেফা চ বৃষণস্যাধঃ সীবন্যাঃ পার্শ্বয়োঃ ক্ষিপেৎ ।

সব্যগুণ্ণফং তথা সব্যে দক্ষগুণ্ণফং তু দক্ষিণে ॥৫৪॥

পার্শ্বপাদৌ চ পাণিভ্যাং দৃঢ়ং বধ্বা স্থনিশ্চলম্ ।

ভদ্রাসনং ভবেদেতৎ সৰ্ব্বব্যাধিবিনাশনম্ ॥৫৫॥

গোরক্ষাসনমিত্যাছরিদং বৈ সিদ্ধযোগিনঃ ॥৫৬॥

এবমাসনবন্ধেষু যোগীন্দ্রো বিগতশ্রমঃ ।

অভ্যসেন্নাডিকাস্তিকিং মুদ্রাদিপবনক্রিয়াম্ ॥৫৭॥

পুজিতং প্রস্তুতমাসনেষুভুতং সিংহাসনং বন্ধানাং মূলবন্ধাদীনাং ত্রিতরং তস্য সন্ধানাং সন্নিধানং কুরুতে ॥৫৩॥

ভদ্রাসনমাহ । গুণ্ণফাবিতি । বৃষণস্যাধঃ সীবন্যাঃ পার্শ্বয়োঃ সীবন্যা উভয়তঃ । গুণ্ণফৌ পাদগ্রন্থীঃ ক্ষিপেৎ । ক্ষেপণপ্রকারমেবাহ । সব্যগুণ্ণফমিতি । সব্যে সীবন্যাঃ পার্শ্বে সব্যগুণ্ণফং ক্ষিপেৎ । তথা পাদপূরণে । দক্ষগুণ্ণফং তু দক্ষিণে সীবন্যাঃ পার্শ্বে ক্ষিপেৎ ॥ ৫৪ ॥

পার্শ্বপাদৌ চ পার্শ্বসমীপগতো পাদৌ পাণিভ্যাং ভূজাভ্যাং দৃঢ়ং বন্ধা পরস্পরসংলগ্নাঙ্গুলিভ্যামুদরসংলগ্নাঙ্গুলিভ্যাং পাণিভ্যাং বন্ধেত্যর্থঃ । এতদ্বদ্রাসনং ভবেৎ । কীদৃশং সৰ্ব্বেষাং ব্যাধীনাং বিশেষেণ নাশনং ॥৫৫॥

গোরক্ষেতি । সিদ্ধাশ্চ তে যোগিনশ্চ সিদ্ধযোগিনঃ ইদং ভদ্রাসনং গোরক্ষাসনমিত্যাছঃ । গোরক্ষেণ প্রায়শোহভ্যস্তবাদ্গোরক্ষাসনমিতি বদন্তি ॥ ৫৬ ॥

আসনান্যুক্তানি । তেষু যৎ কর্তব্যং তদাহ এবমিতি । এবমুক্তে-
আসনবন্ধেষু বন্ধনপ্রকারেষু বিগতঃ শ্রমো যস্য স বিগতশ্রমঃ আসনানাং বন্ধেষু শ্রমরহিতঃ । যোগিনামিন্দ্রো যোগীন্দ্রঃ । নাডিকানাং নাড়ীনাং শুদ্ধিং । প্রাণং চেদিড়য়া পিবেন্নিয়মিতমিতি বক্ষ্যমাণরূপা মুদ্রা আদির্দ্যুত্যাঃ সূচ্য-
ভেদাদেস্তাদৃশং । পবনশ্চ প্রাণবায়োঃ ক্রিয়াং প্রাণায়ামরূপাং চাভ্যাসেৎ ॥৫৭॥

আসনং কুস্তকং চিত্রং মুদ্রাখ্যং করণং তথা ।

অথ নাদানুসন্ধানমভ্যাসানুক্রমো হঠে ॥৫৮॥

ব্রহ্মচারী মিতাহারী ত্যাগী যোগপরায়ণঃ ।

অকাদূৰ্দ্ধং ভবেৎ সিন্ধো নাত্র কার্য্যা বিচারণা ॥৫৯॥

সুস্নিগ্ধমধুরাহারশ্চতুর্থাংশবিবর্জিতঃ ।

ভুজ্যতে শিবসংপ্রীত্যে মিতাহারঃ স উচ্যতে ॥৬০॥

অথ হঠাভ্যাসনে ক্রমমাহ আসনমিতি । আসনমুক্তলক্ষণং চিত্রং
নানাবিধং কুস্তকং স্বর্ঘ্যভেদনমুজ্জারীত্যাদিবক্ষ্যমাণং । মুদ্রা ইত্যখ্য। বস্যা
ভন্ মুদ্রাখ্যং । মহামুদ্রাদিরূপকরণং হঠসিন্ধৌ প্রকৃষ্টোপকারকং । তথা
চার্থে । অষ্টভক্ত্যবস্থাভ্যাসনান্তরং নাদস্যানাহতধ্বনেনরহস্যসন্ধানমুচ্চিস্তনং হঠে
হঠযোগেহভ্যাসোহভ্যাসনং তস্যানুক্রমঃ পৌর্কীয়পর্ঘ্যক্রমঃ ॥৫৮॥

হঠসিন্ধেববিধমাহ ব্রহ্মচারীতি । ব্রহ্মচর্য্যবান্ মিতাহারো বক্ষ্যমাণঃ
সোহস্যাশ্চীতি মিতাহারী । ত্যাগী দানশীলো বিষয়পরিত্যাগী বা । যোগপরায়ণঃ
যোগাভ্যাসনপরঃ । অকাদূৰ্দ্ধাং উৰ্দ্ধ্বং সিন্ধুঃ সিন্ধুহঠৌ ভবেৎ । অত্রোক্তেহর্থে
বিচারণা স্যান্ন বেতি সংশয়প্রযুক্তা ন কার্য্যা । এতন্নিশ্চিতমেবেত্যর্থঃ ॥৫৯॥

পূর্বে শ্লোকে মিতাহারীত্বাক্তং তত্র যোগিনাং কীদৃশো মিতাহার
ইত্যপেক্ষায়ামাহ সুস্নিগ্ধেতি । সুস্নিগ্ধোহতিস্নিগ্ধঃ স চান্যো মধুরশ্চ তাদৃশ
আহারশ্চতুর্থাংশবিবর্জিতশ্চতুর্থভাগরহিতঃ । তদুক্তমভিযুক্তে । দ্বৌ ভাগৌ
পূরয়েদগ্নৈস্তোয়েনৈকং প্রপূরয়েৎ । বায়োঃ সঞ্চরণার্থায় চতুর্থমবশেষয়েদिति ।
শিবো জীব ঈশ্বরো বা ভোক্তা দেবো মহেশ্বর ইতি বচনাৎ । তস্য সংপ্রীত্যে
সম্যক্প্রীত্যর্থং যো ভুজ্যতে স মিতাহার ইত্যুচ্যতে ॥৬০॥

অথ যোগিনামপথ্যমাহ দ্ব্যভ্যাসং । কটুতি । কটুকারবেল্ল ইত্যাদি ।
অম্লং চিঞ্চাফলাদি । তীক্ষ্ণং মরীচাদি । লবণং প্রসিদ্ধং । উষ্ণং গুড়াদি ।
হরীতশাকং পত্রশাকং । সৌবীর্য্যং কাক্কিকং । তৈলং তিলসর্ষপা-
দিষ্মেহঃ । তিলাঃ প্রসিদ্ধাঃ । সর্ষপাঃ সিদ্ধার্থাঃ । মদ্যং জ্বর । মৎস্যঃ এষা-
মিতরেতরদ্বন্দ্বঃ । এতানপথ্যানাহঃ । অজস্যেদমাজং তৎ আদির্ঘস্য শৌকরা-

কট্টমলতীক্ষ্ণলবণোষ্ণহরীতশাক-

মৌবীরতৈলতিলসর্বপ মদ্যমৎস্তান্ ।

আজাদিমাংসদধিতক্ৰকুলথকোল-

পিণ্যাকহিঙ্গুলশুনাদ্যমপথ্যমাহুঃ ॥ ৬১ ॥

ভোজনমহিতং বিদ্যাং পুনরশ্রোক্ষীকৃতং রক্ষম্ ।

অতিলবণম্নযুক্তং কদশনশাকোৎকটং বর্জ্যম্ ॥ ৬২ ॥

দেহদাজাদি তজ্জ তমাংসং চাজাদিমাংসং । দধি দুগ্ধপরিণামবিশেষঃ । তক্ৰং
গৃহীতসাবং দধি । কুলখাদি দ্বিদলবিশেষঃ । কোলং কোল্যাঃ কলং বদরং ।
কর্ককুর্বদবী কোলিরিত্যমবঃ । পিণ্যাকং তিলপিণ্ডং । হিঙ্গুবার্ণম্ । লশুনং ।
এষামিতরেতরহৃদঃ । এতান্যাদ্যানি যস্ত । আদ্যশব্দেন পলাংগুগুঞ্জনমাদক-
দ্রব্যমাষামাদিকং গ্রাহ্যং । অপথ্যমহিতং যোগিনামিতিশেষঃ । আহরণোগিন
ইত্যধ্যাহারঃ ॥ ৬১ ॥

ভোজনমিতি । পশ্চাদগ্নিসংযোগেনোক্ষীকৃতং যভোজনং সূপৌদনরোটি-
কাদি । রক্ষং যতাদিহীনং । অতিশয়িতং লবণং যন্মিহস্তদতিলবণং ।
যদা লবণমতিক্রান্তমতিলবণং চাকুলা ইতি লোকে প্রসিদ্ধং শাকং যবক্ষা-
দিকঞ্চ । লবণম্ সর্বথা বর্জনীয়ত্বাং উত্তরপক্ষঃ সাধু । তথাচ দস্তাত্রেয়ঃ ।
অথ বর্জ্যানি বক্ষ্যামি যোগবিদ্বচ্চরণি চ । লবণং সর্বপং চান্নমুগ্রং তীক্ষ্ণক
রক্ষকং । অতীব ভোজনং ত্যাজ্যমতিনিদ্রাতিভাষণমিতি । স্বল্পপুবাণেহপি ।
ত্যজ্যে কট্টমলবণং ক্ষীরভোজী সদা ভবেদিতি । অন্নযুক্তং অন্নদ্রব্যেণ যুক্তং ।
অন্নদ্রব্যেণ যুক্তমপি ত্যাজ্যং কিমূত সান্নাদম্নং । অত্র ততীয়পদং পললং
। তিলপিণ্ডমিতি কেচিং পঠন্তি তস্মায়মর্থঃ । পললং মাংসং । তিলপিণ্ডং
পিণ্যাকং । কদশনং কদম্বং । আরণালকোদ্রব্যাদি । শাকং বিহিতেতরশাকমাত্রং
ংকটং বিদাহি মিব্রতীতি লোকে প্রসিদ্ধং । মিব্রা ইতি হিন্দুস্থানভাষায়াং ।
কদশনাদীনাং সমাহারহৃদঃ । অতিলবণাদিকং বর্জ্যং বর্জনাহং । দুষ্ট-
মতিপাঠে দুষ্ট পুতিপধুষিতাদি । অহিতমিতি যোজনীয়ং ॥ ৬২ ॥

বহ্নিস্ত্রীপথিসেবানামাদৌ বর্জনমাচরেৎ ।

তথাহি গোরক্ষবচনং

বর্জয়েদ্দুর্জনপ্রাস্তং বহ্নিস্ত্রীপথিসেবনম্ ।

প্রাতঃস্নানোপবাসাদি কায়ক্লেশবিধিং তথা ॥ ৬৩ ॥

গোধূমশালিষবষাষ্টিকশোভনান্নং

ক্ষীরাজ্যথগুনবনীতমিতামধুনি ।

গুণীপটোলকফলাদিকপঞ্চশাকং

মুদগাদিদিব্যমুদকঞ্চ যমীন্দ্রপথাম্ ॥ ৬৪ ॥

এবং যোগিনাং সদা বর্জ্যাহুত্ৱাভ্যাসকালে বর্জ্যাত্মাহর্দেন বহ্নীতি ।
বহ্নিঃ স্ত্রীচ পঞ্চাশ্চ তেষাং সেবা বহ্নিসেবনস্ত্রীসদ্বতীর্থষাত্রাগমনাদিরূপা
স্তাসাং বর্জনমাদাবভ্যাসকাল আচরেৎ । সিদ্ধেহভ্যাগে তু কদাচিৎ । নীতে
বহ্নিসেবনং গৃহস্থস্য স্ত্রীতৌ স্বভার্য্যাগমনং তীর্থষাত্রাদৌ মার্গগমনঞ্চ ন
নিষিদ্ধমিত্যাदि পদেন সূচ্যতে । তত্র প্রমাণং গোরক্ষবচনমবতারয়তি ।
তথাহীতি । তৎপঠতি । বর্জয়েদिति । দুর্জনপ্রাস্তং দুর্জনসমীপ্যাসং ।
দুর্জনপ্রীতিমিতি কচিং পাঠঃ । বহ্নি স্ত্রীপথিসেবনং ব্যাখ্যাতং । প্রাতঃস্নানং
উপবাসশ্চাদিষ্যস্ত ফলাহারাদেঃ তচ্চ তয়োঃ সমাহারদ্বন্দ্বঃ । প্রথমাভ্যাসিনঃ
প্রাতঃস্নানে স্ত্রীতবিকারোংপত্তেঃ । উপবাসাদিনা পিতাহুংপত্তেঃ । কায়-
ক্লেশবিধিং কায়ক্লেশকরণং বিধিং ক্রিয়াং বহুস্বর্ধ্যনমস্কারাদিরূপাং বহুভারো-
হনাদিরূপাঞ্চ । তথা সমুচ্চয়ে । অত্র প্রতিপদং বর্জয়েদिति ক্রিয়াস-
ম্বন্ধঃ ॥ ৬৩ ॥

অথ যোগিপথ্যমাহ । গোধূমেত্যাদিনা । গোধূমাশ্চ শালয়শ্চ যবাশ্চ,
ষাষ্টিকাঃ ষষ্ঠ্যা দিনৈর্বে পচ্যন্তে তণ্ডুলবিশেষাস্তে শোভনমন্নং পবিত্রান্নং শ্রামা-
কনীবারাদি তর্জ্ঞেতেষাং সমাহারদ্বন্দ্বঃ । ক্ষীরং দুগ্ধমাজ্যং ঘৃতং খণ্ডঃ শর্করা
নবনীতং মথিতদধিসারঃ সিতা তীত্রপদী খণ্ডশর্করেতি লোকে প্রসিদ্ধা মিস্-
রীতি হিন্দুস্থানভাষায়ং । মধু ক্ষৌদ্রং । এষামিতরেতরদ্বন্দ্বঃ । গুণী প্রসিদ্ধা

পুষ্ঠং স্নগধুরং স্নিগ্ধং গব্যং ধাতুপ্রপোষকং ।

মনোহভিলষিতং যোগ্যং যোগী ভোজনমাত্রং ॥ ৬৫ ॥

যুবা বুদ্ধোহতিবুদ্ধো বা ব্যাধিত্ত্বা দুর্বলোহপিবা ।

অভ্যাসাং সিদ্ধিমাশ্নোতি সর্বযোগেষু তদ্রিতঃ ॥ ৬৬ ॥

পটোলফলং পরবর ইতি ভাষায়াং প্রসিদ্ধং শাকং তদাশিষ্ট্য কোশাতক্যা-
দেহং পটোলকফলাদিকং শেষাধিভাষেতি ক প্রত্যয়ঃ । পকানাং শাকানাং
সমাহারঃ পঞ্চশাকং । তদুক্তং বৈদ্যকে । সর্বশাকমচাক্ষুযং চাক্ষুযং
শাকপঞ্চকং । জীবন্তী বাস্তমূল্যাক্ষী মেঘনাদ পুনর্নবা ইতি । মুক্কা দ্বিদল-
বিশেষা আদির্ষষ্ঠ তমুকাদি আদিপদেন আচকো গ্রহ্যাঃ । দিব্যং নিদোষমুদকং
জলং । যম এষামস্তীতি যমিনঃ তেষিষ্টো দেবশ্রেষ্ঠো যো যোগীন্দ্রস্তত্র পথ্যং
স্থিতং ॥ ৬৭ ॥

অথ যোগিনো ভোজননিয়মমাহ । পুষ্ঠমিতি । পুষ্ঠং দেহপুষ্ঠিকবমোদ-
নাদি স্নগধুরং শর্করাদিসহিতং স্নিগ্ধং সঘৃতং গব্যং গোহৃগ্নতাদিযুক্তং গব্য-
লাভে মাহিষং হৃদ্ধাদি গ্রাহ্যং । ধাতুপ্রপোষণং লড্ডুকাপুপাদি মনোহভিল-
ষিতং পুষ্ঠাদিষু যম্মনোরুচিকরং তদেব যোগিনা ভোক্তব্যং । মনোহভি-
লষিতমপি কিমহিতং ভোক্তব্যং নেত্যাহ । যোগ্যমিতি বিহিতমেবেত্যর্থঃ ।
যোগী ভোজনং পূর্বোক্তবিশেষণবিশিষ্টমাত্রং কুর্যাৎ ইত্যর্থঃ । ন তু
সক্লুভর্জিতান্নাদিনা নির্বাহং কুর্যাদিতি ভাবঃ ॥ ৬৮ ॥

যোগাভ্যাসিনো বয়োবিশেষারোগ্যাদ্যপেক্ষা নাস্তীত্যাহ । যুবতি । যুবা
তরুণঃ বুদ্ধো বৃদ্ধাবস্থাং প্রাপ্তঃ অতিবুদ্ধোহতিবুদ্ধিকং যতো বা । অভ্যাস-
দাসনকুস্তকাদীনামভ্যাসনাং সিদ্ধিং সমাধিতং ফলরূপাশ্নোতি । অভ্যাস-
প্রকারমেব বদন্ বিশিনষ্টি । সর্বযোগেষু । সর্বেষু যোগেষু যোগাঙ্গেষু ত-
ল্লিতোহনলসঃ । যোগাঙ্গাভ্যাসাং সিদ্ধিমাশ্নোতীত্যর্থঃ । জীবনসাধনে কৃষি-
বানিজ্যাদৌ জীবনশকপ্রয়োগবৎ সাক্ষাৎ পরম্পরর বা যোগসাধনেষু যোগা-
ঙ্গেষু যোগশকপ্রয়োগঃ ॥ ৬৯ ॥

হঠপ্রদীপিকা ।

ক্রিয়াযুক্তস্য সিদ্ধিঃ শ্রাদ্ধক্রিয়স্তু কথং ভবেন ।
ন শাস্ত্রপাঠম ত্রেণ যোগসিদ্ধিঃ প্রজায়তে ॥ ৬৭ ॥
ন বেশধারণং সিদ্ধেঃ কারণং ন চ তৎকথা ।
ক্রিয়ৈব কারণং সিদ্ধেঃ নত্যামেতন্ম সংশয়ঃ ॥ ৬৮ ॥
পীঠানি কুম্ভকাশিচত্রা দিব্যানি করণানি চ ।
সৰ্বাণ্যপি হঠাভ্যাসে রাজযোগফলাবধি ॥ ৬৯ ॥
ইতি শ্রীমহজ্ঞানন্দসন্তান চিন্তামণি স্বাত্মারামযোগীন্দ্র
বিরচিতায়াং হঠপ্রদীপিকায়ামাসনবিধি কথনং

নাম প্রথমোপদেশঃ ॥ ১ ॥

অভ্যাসাদেব সিদ্ধিৰ্ভবতীতি দৃঢ়য়মাহ দ্বাভ্যাং । ক্রিয়াযুক্তস্তেতি । ক্রিয়া
যোগাঙ্গানুষ্ঠানরূপা তয়া যুক্তস্য সিদ্ধির্যোগসিদ্ধিঃ শ্রুতং । অক্রিয়স্তু যোগাঙ্গা-
নুষ্ঠানরহিতস্য কথং ভবেন্ন কথমপীত্যর্থঃ । ননু যোগশাস্ত্রাধ্যয়নেন যোগসিদ্ধিঃ
শ্রাণ্নেত্যাহ । নেতি শাস্ত্রস্তু যোগশাস্ত্রস্তু পাঠমাত্রেণ কেবলেন পাঠেন যোগস্তু
সিদ্ধিন্ প্রজায়তে নৈব জায়ত ইত্যর্থঃ ॥ ৬৭ ॥

নেতি । বেশস্য কাশায়বস্ত্রাদেঃ ধাবণং সিদ্ধির্যোগসিদ্ধেঃ কারণং ন ।
তস্য যোগস্য কথা বা কারণং ন । কিং তর্হি সিদ্ধেঃ কারণমিত্যত আহ ।
ক্রিয়ৈবেতি ॥ ৬৮ ॥

যোগাঙ্গানুষ্ঠানস্রাবধিমাহ । পীঠানীতি । পীঠান্যাসনানি চিত্রা অনেক-
বিধাঃ কুম্ভকাঃ সূৰ্যভেদাদয়ঃ দিব্যান্যুৎকৃষ্টানি করণানি মহামুদ্রাদীনি হঠসিদ্ধৌ
প্রকৃষ্টোপকারকস্বং কারণস্বং হঠাভ্যাসে সৰ্বাণি পীঠকুম্ভককরণানি রাজযোগ-
ফলাবধি রাজযোগ এব ফলং তদবধি তৎপর্য্যন্তং কৰ্ত্তব্যানীতি শেষঃ ॥ ৬৭ ॥

ইতি শ্রীহঠপ্রদীপিকায়াং জ্যোৎস্নাভিধায়াং ব্রহ্মানন্দকৃতায়াং

প্রথমোপদেশঃ ॥ ১ ॥

ইষ্টপ্রদীপিকা ।

দ্বিতীয়োপদেশঃ ।

—000000—

অথাসনে দৃঢ়ে যোগী বশী হিতমিতাশনঃ ।

গুরুপদিশ্ঠমার্গেণ প্রাণায়ামান্ সমভ্যাসেৎ ॥ ১ ॥

চলে বাতে চলং চিত্তং নিশ্চলে নিশ্চলং ভবেৎ ।

যোগী স্থাণুত্বমাপ্নোতি ততো বায়ুং নিরোধয়েৎ ॥ ২ ॥

যাবদ্বায়ুঃ স্থিতে। দেহে তাবজ্জীবনমুচ্যতে ।

মরণং তস্য নিকৃতিস্ততো বায়ুং নিরোধয়েৎ ॥ ৩ ॥

অথাসনোপদেশানন্তরং প্রাণায়ামান্ বক্তুমুপক্রমতে । অথেতি । অথেতি মঙ্গলার্থঃ । আসনে দৃঢ়ে সতি বশী জিতাক্ষঃ হিতং পথ্যং চ তদ্বিতং চ পূর্বোপদেশোক্তলক্ষণং তত্তাদৃশমশনং যস্য স হিতমিতাশনঃ গুরুপদিশ্ঠো যো মার্গঃ প্রাণায়ামাভ্যাসপ্রকাবন্তেন প্রাণায়ামান্ বক্ষ্যমাণান্ সম্যগুৎসাহ-সাহসর্ধৈর্ব্যাদিভিরভ্যাসেৎ । দৃঢ়ে স্থিত্যে কুরুটাদিবিবর্জিতে সিদ্ধাসনাদাবিতি বা যোজনা ॥১॥

প্রয়োজনমনুদিষ্টা ন মন্দোহপি প্রবর্তত চিতি মহত্ত্বং প্রয়োজনাভাবেন প্রবৃত্ত্যভাবাৎ প্রাণায়ামপ্রয়োজনমাহ । চলে বাত ইতি । বাতে চলে সতি চিত্তং চলং ভবেৎ । নিশ্চলে বাতে নিশ্চলং ভবেৎ চিত্তমিতি অত্রাপি সংবধ্যতে । বাতে চিত্তে চ নিশ্চলে যোগী স্থাণুত্বং স্থিরদীর্ঘজীবিক্রমিতি যাবৎ । ঈশত্বং বাপ্নোতি । ততস্তস্মাদ্ বায়ুং প্রাণং নিরোধয়েৎ কুন্তয়েৎ ॥২॥

যাবদ্বিতি । দেহে শরীরে যাবৎকালং বায়ুং প্রাণঃ স্থিতঃ তাবৎকাল-পর্যন্তং জীবনমুচ্যতে লোকৈঃ । দেহপ্রাণসংযোগস্যৈব জীবনপদার্থত্বাৎ । তস্য প্রাণস্য নিকৃতির্দেহাদ্বিরোগো মরণমুচ্যতে । ততস্তস্মাদ্ বায়ুং নিরো-ধয়েৎ ॥৩॥

মলাকুলাসু নাড়ীসু মারুতো নৈব মধ্যগঃ ।

কথং স্যাৎসুন্মনীভাবঃ কার্য্যাসিদ্ধিঃ কথং ভবেৎ ॥৪॥

শুদ্ধিমেতি যদা সর্বং নাড়ীচক্রং মলাকুলম্ ।

তনৈব জায়তে যোগী প্রাণসাগ্রহণে ক্ষমঃ ॥৫॥

প্রাণায়ামং ততঃ কুর্য্যান্নিত্যং সাত্ত্বিকয়া ধিয়া ॥

যথাসু সূক্ষ্মনাড়ীস্থামলাঃ শুদ্ধিঃ প্রযান্তি চ ॥৬॥

বদ্ধপদ্মাসনো যোগী প্রাণং চন্দ্রেণ পূরয়েৎ ।

ধারয়িত্বা যথাশক্তি ভূয়ঃ সূর্য্যেণ রেচয়েৎ ॥৭॥

১২১২

মলশুদ্ধিহঠসিদ্ধিজনকত্বং ব্যতিবেকেণাহ । মলাকুলাদ্বিতী । নাড়ীসু মলৈবাকুলাসু ব্যাপ্তাসু সতীষু মারুতঃ প্রাণঃ মধ্যগঃ সূক্ষ্মমার্গগাহী নৈব স্যাৎ । অপিতু শুদ্ধমলাস্বৈব মধ্যগো ভবতীত্যর্থঃ । উন্মনীভাবঃ উন্মত্তা ভাবো ভবনং কথং স্যাৎ কথমপীত্যর্থঃ । কার্য্যস্য কৈবল্যরূপস্য সিদ্ধিনির্গতিঃ কথং ভবেন্ন কথমিদপীত্যর্থঃ ॥৪॥

অথয়েনাপি মলশুদ্ধিহঠসিদ্ধিহেতুত্বমাহ । শুদ্ধিমেতীতি । যদা যস্মিন্ কালে মলৈবাকুলং ব্যাপ্তং সর্বং সমস্তং নাড়ীনাং চক্রং সমুৎ : শুদ্ধিঃ মলবাহিত্যমেতি প্রাপ্নোতি তদৈব তস্মিন্ এব কালে যোগী যোগাভ্যাসী প্রাণস্য গ্রহণে ক্ষমঃ সমর্থো জায়তে ॥৫॥

মলশুদ্ধিঃ কথং ভবতীত্যাকাজ্ঞয়াং তচ্ছোধকং প্রাণায়ামমাহ । প্রাণায়ামমিতি । যতো মলশুদ্ধিঃ বিনা প্রাণসংগ্রহণে ক্ষমো ন ভবতি ততঃ সূক্ষ্মাদীগ্রপ্রণিধানোঃ সাহসাহসাদিপ্রবৃত্তাভিভূতবিক্ষেপালস্যাদিরাজসতাম-সধর্ম্ময়া সাত্ত্বিকয়া প্রকাশপ্রসাদশীলয়া ধিয়া বুদ্ধ্যা নিত্যং প্রাণায়ামং কুর্য্যৎ যথা যেন প্রকারেণ সূক্ষ্মনাড়্যাং স্থিতা মলাঃ শুদ্ধিমগমং প্রযান্তি নশন্তি ইত্যর্থঃ ॥৬॥

মলশোধকপ্রাণায়ামপ্রকরমাহ দ্বাভ্যাং । বদ্ধপদ্মাসন ইতি । বদ্ধং পদ্মা-সনং যেন তাদৃশো যোগী প্রাণং প্রাণবায়ুং চন্দ্রেণ চন্দ্রনাড়্যেডয়া পূরয়েৎ । শক্তিমনতিক্রম্য যথাশক্তি ধারয়িত্বা কুস্তয়িত্বা । ভূয়ঃ পুনঃ সূর্য্যেণ সূর্য্যনাড্যা

প্রাণং সূৰ্য্যেণ চাক্ষুষ্য পূরয়েদুদরং শনৈঃ ।
 বিধিবৎ কুস্তকং কৃতা পুনশ্চন্দ্ৰেণ রেচয়েৎ ॥৮॥
 যেন তাজেত্তেন পীত্বা ধারয়েদতিরোধতঃ ।
 রেচয়েচ্চ ততোহনোন শনৈরেব ন বেগতঃ ॥৯॥
 প্রাণং চোদড়য়া পিবেন্নয়ামিতং ভূয়োহনয়া রেচয়েৎ
 পীত্বা পিঙ্গলয়া সমীরণমথো বদ্ধা তাজেদ্বায়য়া ।
 সূর্য্যচন্দ্রমসোরনেন বিধিনাভ্যাসং সদা তনুত্যাং
 শুদ্ধা নাড়িগণা ভবন্তি যমিনাং মাসত্রয়াদূর্দ্ধতঃ ॥১০॥

পিঙ্গলয়া বেচয়েৎ । বাহ্যবায়োঃ প্রযত্নবিশেষাদুপাদানং পূবকঃ । জালন্ধ-
 রাদিবন্ধপূর্ব্বকং প্রাণনিবোধঃ কুস্তকঃ । কুস্তিতস্য বায়োঃ প্রযত্নবিশেষাৎ
 গমনং* রেচকঃ । প্রাণায়ামাদ্বেচকপূরকয়োরেবেম লক্ষণে ইতি । ভক্তা-
 বল্লীহকারস্য রেচপূরো সমস্ত্র্যমাবিতি গোণরেচকপূবকযোঃ নাব্যাপ্তিঃ । তয়ো-
 লক্ষ্যত্বাভাবাৎ ॥৭॥

প্রাণমিতি । সূৰ্য্যেণ সূর্য্যনাড়্যা পিঙ্গলয়া প্রাণমাক্ষুষ্য গৃহীত্বা শনৈ-
 মদং মদং উদরং জঠরং পূরয়েৎ । বিধিবদ্বন্ধপূর্ব্বকং কুস্তকং কৃতা পুন-
 র্ভূয়শ্চন্দ্ৰেণেডয়া রেচয়েৎ ॥৮॥

প্রাণায়ামে বিশেষমাহ । যেনেতি । যেন চন্দ্ৰেণ সূৰ্য্যেণ বা তাজে-
 দ্রেচয়েৎ তেন পীত্বা তেনৈব পূরয়িত্বা অতিবোধতোহতিশয়িতেন রোধেন
 হৃদকম্পাদিজননপর্য্যন্তেন । সার্কর্ষভিত্তিকস্তমিল্ । যেন পূরকস্ততোহন্ত্রেন
 শনৈঃ রেচয়েন্ন তু বেগতঃ বেগাদ্রেচনে বলহানিঃ স্যাৎ । যেন পূরকঃ
 কৃতস্তেন রেচকো ন কর্তব্যঃ । যেন রেচকঃ কৃতস্তেনৈব পূরকঃ কর্তব্য ইতি
 ভাবঃ ॥৯॥

বন্ধপদ্ব্যসন ইত্যাহুত্মমর্থং পিণ্ডীকৃত্যাহুবদন্ প্রাণায়ামস্যাবান্তরফলমাহ ।
 প্রাণমিতি । চেদিডয়া বামনাড্যা প্রাণং পিবেৎ পূরয়েৎ তহি' নিয়মিতং
 কুস্তিতং প্রাণং ভূয়ঃ পুনরন্তয়া পিঙ্গলয়া রেচয়েৎ । পিঙ্গলয়া দক্ষনাড্যা সমী-

প্রাতর্মধ্যান্দিনে সায়মর্দ্ধরাত্রৌ চ কুস্তকান্ ।

শনৈরশীতিপর্যন্তং চতুর্বারং সমভাসেৎ ॥১১॥

কনীয়সি ভবেৎ স্বেদঃ কম্পো ভবতি মধ্যমে ।

উত্তমে স্থানমাপ্নোতি ততো বায়ুঃ নিবন্ধয়েৎ ॥১২॥

রণং বায়ুং পীত্বা পূর্ববিজ্ঞাপো পূর্বগানন্তবং বক্সা কুস্তয়িত্বা বাময়েড়য়া ত্যজেদে-
চবেৎ । সূর্য্যশ্চ চল্লমাশ্চ সূর্য্যচল্লমসৌ তয়োঃ । দেবতাদ্বন্দ্বে চেত্যানঙ্ ।
অনেনোক্তেন বিধিনা প্রকাষণে সদা নিত্যমভ্যাসেৎ চল্লগোপূর্য্য কুস্তয়িত্বা
সূর্য্যেণ বেচয়েৎ সূর্য্যোপূর্য্য কুস্তয়িত্বা চল্লগে বেচয়েদিত্যাকারকং তদ্বতাং
বিস্তাবয়তাং যমিনাং যমবতাং নাড়ীগণা নাড়ীসমূহা মাসত্রয়াদৃক্ষতো
মাসানাং ত্রয়ং তস্মাদুপরি শুদ্ধা মলবহিতা ভবন্তি ॥১০॥

প্রাণায়ামাভ্যাসকালং তদবধিৎ চাহ । প্রাতঃবিতি । প্রাতঃরুগোদয়মারভ্য
সূর্য্যোদয়াদ্ ষট্ কাক্রয়পর্য্যন্তে প্রাতঃকালে মধ্যান্দিনে মধ্যাহ্নে পঞ্চাশং বিভ-
ক্তস্য দিনস্য মধ্যভাগে সায়ং সন্ধ্যাত্রিনাড়ীপ্রমিতাকাস্তাদধস্তাদৃক্ষং চেতুস্ত-
লক্ষণে সন্ধ্যাকালে রাত্রেরর্মর্দ্ধরাত্রং তস্মিন্নর্মর্দ্ধরাত্রৌ রাত্রের্মধ্যে মূহর্ত্তদ্বয়ে
চ শনৈরশীতিপর্য্যন্তমশীতিসংখ্যাবধি চতুর্বারং বারচতুষ্টয়ং । কালাক্ষনোর-
ত্যস্তসংযোগে ইতি দ্বিতীয়া । চতুর্ষু কালেষু কৈকশ্মিন্ কালেহশীতিপ্রাণায়ামাঃ
কার্য্যাঃ । অর্দ্ধরাত্রৌ কর্ত্তুমশক্তশ্চৈত্রিসন্ধ্যাং কর্ত্তব্য ইতি সম্প্রদায়ঃ । চতুর্বারং
কৃতাস্তেং দিনেদিনে বিংশত্যাধিকশতত্রয়পরিমিতাঃ প্রাণায়ামা ভবন্তি ।
বারত্রয়ং কৃতাস্তেচ্চত্বারিংশত্যাধিকশতদ্বয়পরিমিতা ভবন্তি ॥১১॥

কনিষ্ঠমধ্যমোত্তমানাং প্রাণায়ামানাং ক্রমেণ ব্যাপকবিশেষমাহ । কনীয়-
সীতি । কনীয়সি কনিষ্ঠে প্রাণায়ামে প্বেদঃ প্রপ্বেদো ভবেত্তবতি । প্বেদা-
মুমেষঃ কনিষ্ঠঃ । মধ্যমে প্রাণায়ামে কম্পো ভবতি । কম্পানুমেষো মধ্যমঃ ।
উত্তমে প্রাণায়ামে স্থানং ব্রহ্মরন্ধ্রমাপ্নোতি । স্থানপ্রাপ্ত্যমুমেষ উত্তমঃ । তত-
স্তস্মাদ্বায়ুং প্রাণং নিবন্ধয়েন্ নিতরাং বন্ধয়েৎ । কনিষ্ঠাদীনাং লক্ষণমুক্তং
লিঙ্গপুরাণে ;—

প্রাণায়ামস্য মানং তু মাত্রাদাদশকং শৃত্যং ।
 নীচো দ্বাদশমাত্রস্তু সরলদ্ব্যত ঙ্গিরিতঃ ।
 মধ্যমস্ত দ্বিরদ্ব্যত*চতুর্বিংশতিমাত্রকঃ ।
 মুখ্যস্ত যস্ত্রিকদ্ব্যতঃ ষট্‌ত্রিংশন্মাত্র উচ্যতে ।
 প্রপ্লেদকম্পনোথানজনক*চ যথাক্রমং ।
 আনন্দো জায়তে চাত্র নিদ্রা ধুমন্তপৈব চ ।
 বোমারো ধ্বনিসংবিত্তিবঙ্গমোটনকম্পনং ।
 অবপ্লেদজরাদ্যং সংবিন্‌মুচ্ছাং জয়েৎ যদা ॥
 তদোত্তম ইতি প্রোক্তঃ প্রাণায়ামঃ শ্লশোভনঃ ॥ ইতি
 ধুম্‌শ্চিন্তাদোলনং । গোরক্ষোহপি ।

অধমে দ্বাদশ প্রোক্তা মধ্যমে দ্বিগুণাঃ শৃত্যঃ ।
 উত্তমে ত্রিগুণা মাত্রাঃ প্রাণায়ামে দ্বিশান্তমৈঃ ॥
 উদ্‌ঘাতলক্ষণং তু
 প্রাণেনোঃসার্থ্যমানেন অপানঃ পীড়্যতে যদা ।
 গত্বা চোর্কিং নিবর্তেত এতদ্ব্যতলক্ষণং ॥

মাত্রামাহ যাজ্ঞবল্ক্যঃ

অমুষ্ঠান্মূলমোকং ত্রিপ্রিজানুপরিমার্জনং ।

স্কন্দপুরাণে

তালত্রয়মপি প্রাজ্ঞা মাত্রাসংজ্ঞাং প্রচক্ষতে ।

একখাসময়ী মাত্রা প্রাণায়ামো নিগদ্যতে ॥

এতাদৃশ্যতং যোগচিন্তামগৌ । নিদ্রাবশং গতস্য পুংসো যাবতা কালে-
 নৈকঃ শ্বাসো গচ্ছত্যগচ্ছতি চ তাবৎকালং প্রাণায়ামস্য মাত্রে হ্যুচ্যত ইতি ।
 অর্কশ্বাসাধিকদ্বাদশশ্বাসাবচ্ছিন্নঃ কালঃ প্রাণায়ামকালঃ । যড়্‌ভিঃ শ্বাসৈরেকং পলং
 ভবতি । এবং চ সর্দিশ্বাসপলদ্বয়াস্রকঃ কালঃ প্রাণায়ামকালঃ সিদ্ধঃ । সর্দি-
 দ্বাদশমাত্রমিতঃ প্রাণায়ামো যঃ স এবোত্তমঃ প্রাণায়াম ইত্যুচ্যতে । নচ
 পূর্বোদাস্ততলিপ্পূরণগোরক্ষবাক্যবিবোধঃ । তত্র দ্বাদশমাত্রকস্য প্রাণায়াম-
 স্ত্রাধমত্বোক্তেরিতি শঙ্কীনয়ং । জানুং প্রদক্ষিণীকূর্ধ্যান্‌ ক্রতং ন বিলম্বিতং ।
 প্রদদ্যাচ্ছোটিকাং যাবৎ তাবন্মাত্রেতি গীয়ত ইতি স্কন্দপুরাণং । অমুষ্ঠান্মূল-

লিমোক্ষং চ জানোশ্চ পরিমার্জনং । প্রদদ্যাচ্ছোটিকাং যাবৎ তাবন্মাত্রৈতি
 গীয়ত ইতি চ স্বন্দপূবাণাং । অক্ষুষ্ঠো মাত্রা সংখ্যায়তে তদেতি দত্তাত্রৈয়-
 বচনাং চ । লিঙ্গপূরণগোরক্ষাদিবাক্যৈঃ কচ্ছোটিকা বচ্ছিন্নস্য কালস্য মাত্রা-
 ত্বেন বিবক্ষিতত্বাং । যাজ্ঞবল্ক্যাদিবাক্যেষু ছোটিকাত্রয়া বচ্ছিন্নস্য কালস্ত
 মাত্রাত্বেন বিবক্ষণাং ত্রিগুণস্যাধমস্যোত্তমত্বং তত্রাপ্যুক্ত্যন্ত্যবিরোধঃ সর্বেষু
 যোগসাধনেষু প্রাণায়ামো মুখ্যস্তংসিকৌ প্রত্যাহারাদীনং সিদ্ধেঃ । তদসিকৌ
 প্রত্যাহারাদ্যসিদ্ধেঃ চ । বস্তুতস্ত প্রাণায়াম এব প্রত্যাহারাদিশকৈর্নির্গদ্যতে ।
 তথা চোক্তং যোগচিন্তামণৌ । প্রাণায়াম এবাভ্যাসক্রমেণ বর্দ্ধমানঃ প্রত্যা-
 হারধ্যানধারণাসমাধিশকৈরুৎপাদ্যতে ইতি । তদুক্তং স্বন্দপূরণে

প্রাণায়ামদ্বিষট্ কেন প্রত্যাহার উদাহৃতঃ ।

প্রত্যাহারদ্বিষট্ কেন ধারণা পৰিকীর্তিতা ॥

ভবেদীশ্বরসংগতৈত্য় ধ্যানং দ্বাদশধারণং ।

ধ্যানদ্বাদশকেনৈব সমাধিরভিধীয়তে ॥

ষৎসমাদৌ পরং জ্যোতিরনন্তং স্বপ্রকাশকং

তস্মিন্ দৃষ্টে ক্রিয়াকাণ্ডযাতায়াভ্যং নিবর্ততে ॥ ইতি ॥ তথা

ধারণা পকনাড়ীভির্ধ্যানং স্যাৎ যষ্টিনাড়িকং ।

দিনদ্বাদশকেন স্যাৎসমাধিঃ প্রাণসংযমাং ॥ ইতি ॥

গোরক্ষাদিভিরপ্যেবমেবোক্তং । অত্রৈবং ব্যবস্থা । কিকিদূনদ্বিচত্বারিংশ-
 দ্বিপিলাস্বকঃ কনিষ্ঠপ্রাণায়ামকালঃ । অয়মেবৈকচ্ছোটিকা বচ্ছিন্নস্য কালস্য
 মাত্রাত্ত্ববিবক্ষয়া দ্বাদশমাত্রকঃ কালঃ । কিকিদূনচতুরশীতিবিপিলাস্বকো
 মধ্যমপ্রাণায়ামকালঃ । অয়মেকচ্ছোটিকা বচ্ছিন্নস্য কালস্য মাত্রাত্ত্ববিবক্ষয়া
 চতুর্বিংশতিমাত্রকঃ । পঞ্চবিংশত্যন্তরশতবিপিলাস্বক উত্তমঃ প্রাণায়ামকালঃ ।
 অয়মেকচ্ছোটিকা বচ্ছিন্নস্য কালস্ত মাত্রাত্ত্ববিবক্ষয়া তু দ্বাদশমাত্রক এব । বন্ধ-
 পূর্বকং পঞ্চবিংশত্যন্তরশতবিপিলাপর্ধ্যন্তং যদা প্রাণায়ামমুৈর্ধ্যং ভবতি তদা
 প্রাণো ব্রহ্মরন্ধ্রং গচ্ছতি । ব্রহ্মরন্ধ্রং গতঃ প্রাণো যদা পঞ্চবিংশতিপলপর্ধ্যন্তং
 তিষ্ঠতি তদা প্রত্যাহারঃ । যদা পঞ্চষটিকাপর্ধ্যন্তং তিষ্ঠতি তদা ধারণা । যদা
 ষষ্টিষটিকাপর্ধ্যন্তং তিষ্ঠতি তদা ধ্যানং । যদা দ্বাদশদিনপর্ধ্যন্তং তিষ্ঠতি তদা
 সমাধির্ভবতীতি সর্বং রমণীয়ং ॥ ১২ ॥

জলেন শ্রমজাতেন গাত্রমর্দনমাচরেৎ ।
 দৃঢ়তা লঘুতা চৈব তেন গাত্রস্য জায়তে ॥১৩॥
 অভ্যাসকালে প্রথমে শস্ত্রং ক্ষীরাজ্যভোজনম্ ।
 ততোহভ্যাসে দৃঢ়ীভূতে ন তাদৃঙ্ নিয়মগ্রহঃ ॥১৪॥
 যথা সিংহো গজো ব্যাঘ্রো ভবেদ্বশাঃ শটনঃ শটনৈঃ ।
 তথৈব সেবিতো বায়রনাথ্য হস্তি সাধকম্ ॥১৫॥
 প্রাণায়ামাদিযুক্তেন সর্বরোগক্ষয়ো ভবেৎ ।
 অযুক্তাভ্যাসযোগেন সর্বরোগসমুদ্ভবঃ ॥১৬॥

প্রাণায়ামানভ্যাসতঃ স্বেদে জাতে বিশেষমাহ । জলেনেতি । শ্রমাং
 প্রাণায়ামাভ্যাসশ্রমাজ্জাতং তেন জলেন প্রসেদেন গাত্রস্য শরীরস্য মর্দনং
 তৈলাভ্যাসাদাচরেৎ কুর্যাৎ । তেন মর্দনেন গাত্রস্য দৃঢ়তা দাঢ্যং লঘুতা
 জাড্যভাগে জায়তে প্রার্ভবতি ॥১৩॥

অথ প্রথমোত্তরভ্যাগয়োঃ ক্ষীরাদিনিয়মানাহ । অভ্যাসকাল ইতি ক্ষীৰং
 দুগ্ধমাজ্যং স্নাতং তদযুক্তং ভোজনং ক্ষীরাজ্যভোজনং । শাকপাৰ্শ্বাদিবং
 সমাসঃ । কেবলে কুন্তকে সিদ্ধেহভ্যাসো দৃঢ়ো ভবতি স্পষ্টমন্তঃ ॥১৪॥

সিংহাদিবচ্ছটনৈবেব প্রাণং বশয়েন্ন সহসেত্যাহ । যথেনি । যথা যেন
 প্রকাৰেণ সিংহো যুগেলঃ গজঃ বনহস্তী ব্যাঘ্রঃ শাব্দুলঃ শটনঃ শটনৈবেব
 বশ্যঃ স্বধীনো ভবেন্ন সহসা তথৈব তেনৈব প্রকাৰেণ সেবিতোহভ্যাস্তো ব্যাঘ্রঃ
 প্রাণো বশ্যো ভবেৎ । অত্রথা সহসা গৃহমাণঃ সাধকমভ্যাসিনং হস্তি
 সিংহাদিবং ॥১৫॥

যুক্তাযুক্তয়োঃ ফলমাহ । প্রাণায়ামেনেতি । আহাবাদিযুক্তিপূৰ্ব্বকো জালঙ্ক
 রাদিবন্ধযুক্তির্নিষ্টঃ প্রাণায়ামো যুক্ত ইত্যুচ্যতে । তেন সর্ববোগক্ষয়ঃ
 সর্বেষাং রোগাণাং ক্ষয়ো নাশো ভবেৎ । অযুক্ত উক্তযুক্তিরহিতঃ যোহভ্যাস-
 স্তদযুক্তেন প্রাণায়ামেন সর্বরোগসমুদ্ভবঃ সর্বেষাং রোগাণাং সম্যগুদ্বয
 উৎপত্তিৰ্ভবেৎ ॥১৬॥

হিক্কাখাসম্ভ কাসম্ভ শিরঃকর্ণাক্ষিবেদনা ।

ভবন্তি বিবিধা রোগাঃ পবনস্য প্রকোপতঃ ॥১৭॥

যুক্তং যুক্তং ত্যজেদ্বায়ুং যুক্তং যুক্তং চ পূরয়েৎ ।

যুক্তং যুক্তঞ্চ বগ্নীয়াদেবং সিদ্ধিমবাপ্নুয়াৎ ॥১৮॥

যদা তু নাড়ীশুদ্ধিঃ স্যাৎ তথা চিহ্নানি বাহ্যতঃ ।

কায়স্য কৃশতা কাস্তিস্তদা জায়েত নিশ্চিতম্ ॥১৯॥

যথেষ্টধারণং বায়োরনলস্য প্রদীপনম্ ।

নাদাভিব্যক্তিরাবোগাৎ জায়েত নাড়ীশোধনাৎ ॥২০॥

অযুক্তেন প্রাণায়ামেন কে রোগা ভবন্তি ইত্যপেক্ষায়ামাহ । হিক্কেতি । হিক্কাখাসকাসা রোগবিশেষাঃ শিরঃ কর্ণোচাক্ষিণী চ শিরঃকর্ণাক্ষি শিরঃকর্ণা-
ক্ষিণি বেদনাঃ শিরঃকর্ণাক্ষিবেদনাঃ । বিবিধা নানাবিধা রোগা জরাদয়ঃ পবনস্য
বায়োঃ প্রকোপতঃ ভবন্তি ॥১৭॥

যতঃ পবনস্য প্রকোপতঃ বিবিধা রোগা ভবন্ত্যতঃ যুক্তং যুক্তমিতি । বায়ুং
প্রাণং যুক্তং যুক্তং ত্যজেৎ । রেচনকালে শনৈঃ শনৈরেব রেচয়েন্ন বেগত
ইত্যর্থঃ । যুক্তং যুক্তং ন চাক্সং নাধিকং চ পূরয়েৎ । যুক্তং যুক্তং চ জালঙ্করবন্ধা-
দযুক্তং বগ্নীয়াৎ কুন্তয়েৎ । এবমত্যসেচেৎ সিদ্ধিং হঠসিদ্ধিং অবাপ্নুয়াৎ ॥১৮॥

যুক্তং প্রাণায়ামমভ্যাসতো জায়মানায়া নাড়ীশুদ্ধেৰ্লক্ষণমাহ দ্বাভ্যং ।
যদা ত্বিত্তি । যদা তু যম্বিন্ কালে তু নাড়ীনাং শুদ্ধিমলরাহিত্যং স্যাৎ তদা
বাহ্যতঃ বাহ্যানি । সার্ববিভক্তিকস্তসিঃ । চিহ্নানি লক্ষণানি তথাশব্দেনান্ত-
রাণ্যপি চিহ্নাণি ভবন্তীত্যর্থঃ । তন্ত্বেবাহ । কায়স্যেতি । কায়স্য দেহস্য
কৃশতা কাশ্যং কাস্তিঃ শ্লুচিঃ নিশ্চিতং জায়েত ॥১৯॥

বায়োঃ প্রাণস্য যথেষ্টং বহ্বারং ধারণং কুন্তকেষু । অনলস্য জঠরাগ্নেঃ
প্রদীপনং প্রকৃষ্টা দীপ্তিঃ নাদস্য ধ্বনেরভিব্যক্তিঃ প্রাকট্যমারোগ্যমরোগত
নাড়ীশোধনান্নাড়ীনাং শোধনাৎ মলরাহিত্যজ্জায়েত ॥২০॥

মেদঃশ্লেষ্মাধিকঃ পূৰ্ব্বং ষট্ কৰ্ম্মাণি সমাচরেৎ ।
 অন্তস্ত নাচরেত্তানি দোষাণাং সমভাবতঃ ॥২১॥
 ধৌতিবস্তিস্তুত্থা নেতিস্ত্রটিকং নৌলিকং তথা ।
 কপালভাতিশৈতানি ষট্ কৰ্ম্মাণি প্রচক্ষাতে ॥২২॥
 কৰ্ম্মষট্ কৰ্ম্মিদং গোপাং ষট্ শোধনকারকম্ ।
 বিচিত্রগুণসন্ধায় পূজ্যতে যোগিপুঙ্ক্তবৈঃ ॥২৩॥
 তত্র ধৌতিঃ ।
 চতুৰঙ্গুলবিস্তারং হস্তপঞ্চদশায়তম্ ।
 গুরুপাদিষ্টমার্গেণ সিক্তং বস্ত্রং শনৈর্গ্রসেৎ ।

মেদ আদ্যাদিকো উপাস্যত্বমাহ । মেদঃশ্লেষ্মাধিক ইতি । মেদশ্চ
 শ্লেষ্মা চ মেদঃশ্লেষ্মাণৌ তাবধিকৌ যস্য স তাদৃশঃ পুরুষঃ । পূৰ্ব্বং প্রাণায়ামা-
 ভ্যাসাং প্রাক্ নতু শাণায়ামাভ্যাসকালে ষট্ কৰ্ম্মাণি বক্ষ্যমাণানি সমাচরেৎ
 সম্যগাচবেৎ । অন্তস্ত মেদঃশ্লেষ্মাধিক্যবহিতস্ত তানি ষট্ কৰ্ম্মাণি নাচবেৎ ।
 তত্র হেতুমাহ । দোষাণাং বাতপিত্তকফানাং সমস্যা ভাবঃ সমভাঃ সমত্বং
 তস্যাং দোষাণাং সমত্বাদিত্যর্থ ॥২১॥

ষট্ কৰ্ম্মাণ্যুপদিশতি । ধৌতিরिति । স্পষ্টং ॥২২॥

ইদং রহস্যমিত্যাহ কৰ্ম্মষট্ কৰ্ম্মিতি । ষটস্য শব্দবস্য শোধনং মলা-
 পনয়নং কবোতীতি ষট্ শোধনকারকমিদমুদ্दिष्टং কৰ্ম্মণাং ষট্ কং ধৌত্যা-
 দিকং গোপাং গোপনীয়ং । যতঃ বিচিত্রগুণসন্ধায়ীতি । বিচিত্রং ক্লি-
 ক্ষণং গুণং ষট্ কৰ্ম্মরূপং সন্ধাৎ কৰ্ত্তুং শীলমস্যেতি বিচিত্রগুণসন্ধায়ি ।
 যোগিপুঙ্ক্তবৈৰ্যোগিশেষৈঃ পূজ্যতে সংক্রিয়তে গোপনাভাবে তু ষট্ কৰ্ম্মক-
 মন্যৈরপি বিহিতং স্যাৎ ইতি যোগিনঃ পূজ্যত্বভাবঃ প্রসজ্যেতেতি ভাবঃ ।
 এতেনেদমেব কৰ্ম্মষট্ কস্য মুখ্যং ফলমিতি সূচিতং । মেদঃশ্লেষ্মাদিনাশস্য প্রাণা-
 য়ামৈরপি সম্ভবাৎ । তত্ কৃত্বং । ষট্ কৰ্ম্মযোগমাপ্নোতি পবনাভ্যাসতৎপর ইতি ।
 পূৰ্ব্বোত্তরগ্রহস্যাপ্যেবমেব স্থারমাচ্চ ॥২৩॥

পুনঃ প্রত্যাহরেচৈতজুদিতং ধৌতিকর্মা তৎ ॥২৪॥

কাস্থাসপ্লীহকুষ্ঠং কফরোগাংশ্চ বিংশতিঃ ।

ধৌতিকর্ম্মপ্রভাবেণ প্রয়াস্ত্যেব ন সংশয়ঃ ॥২৫॥

অথ বস্তুঃ ।

নাভিদঘ্নজলে পায়ৌ নাস্তনালোংকটাসনঃ ।

আধারাকুঞ্চনং কুর্ঘ্যাং ফালনং বস্তুকর্ম্ম তৎ ॥ ২৬ ॥

ধৌতিকর্মা হ। চতুর্ধ্বলমিতি। চতুর্ধ্বাং অঙ্গুলানাং সমাহারশ্চতুর্ধ্বলং
বিস্তারো যস্য তাদৃশঃ। হস্তানাং পঞ্চদশৈরাবতং দীর্ঘং। সিক্তং জলাদ্রং
কিকিচুক্ষং বস্ত্রং পটং তচ্চ যুজ্জ্বলং নততোক্ষীমাদেঃ খণ্ডং গ্রাহ্যং। গুরুণো-
পদিষ্টো যো মার্গো বস্ত্রগ্রসনপ্রকারস্তেন শনৈর্শ্লব্ধং মন্দং কিকিৎ কিকিৎ
গ্রসেৎ। দ্বিতীয়ে দিনে হস্তদ্বয়ং তৃতীয়ে দিনে হস্তত্রয়ং। এবং দিনবৃত্ত্যা
হস্তমাত্রমধিকং গ্রাসেৎ। তস্য প্রান্তং রাজদত্তমধ্যে হঠে সংলগ্নং কুড়া নৌলি-
কর্ষণোদরস্ববস্ত্রং সম্যক্ চালয়িত্বা পুনঃ শনৈঃ প্রত্যাহরেচ তদ্বস্ত্রমুদগিরেমি-
ক্ষাসযেচ্চ। তদ ধৌতিকর্ম্মোদিতং কথিতং সিদ্ধৈঃ ॥ ২৪ ॥

ধৌতিকর্ম্মণঃ ফলমাহ কাস্থাসেতি। কাসশ্চ ঋাসশ্চ প্লীহশ্চ কুষ্ঠং চ
সমাহারদ্বন্দ্বঃ। কাসাদয়ো রোগবিশেষাঃ। বিংশতিসংখ্যাকাঃ কফরোগাশ্চ।
ধৌতিকর্ম্মণঃ প্রভাবেণ গচ্ছন্ত্যেব ন সংশয়ঃ নিশ্চিতমেতদিত্যর্থঃ ॥ ২৫ ॥

অথ বস্তুকর্মা হ। নাভিদঘ্নেতি। নাভিপরিমাণং নাভিদঘ্নং। পরিমাণে দঘ্নচ
প্রত্যয়ঃ। তথিহ্ন নাভিদঘ্নে নাভিপরিমাণে জলে নদ্যাদিত্যে পায়ুর্গুদং তথিহ্ন
ন্যস্তঃ নালো বংশনালো যেন। কনিষ্ঠিকা প্রবেশযোগ্যরক্তযুক্তং যড়ঙ্গুলদীর্ঘং
বংশনালং গৃহীত্বা চতুর্ধ্বলং পায়ৌ প্রবেশয়েৎ। অঙ্গুলিদ্বয়মিতং বহিঃ
স্থাপয়েৎ। উৎকটাসনং যস্য স উৎকটাসনঃ। পাঞ্চদ্বয়ে ক্ষিচৌ বিহুসা
পাদঙ্গুলিভিঃ স্থিতিকুৎকটাসনং। আধারস্যাকুঞ্চনং যথা জলমন্তঃ প্রবিশেতথা
সন্মোচনং কুর্ঘ্যাং। অন্তঃপ্রবিষ্টং জলং নৌলিককর্ণা চালয়িত্বা ত্যজেৎ।
ফালনং বস্তুকর্ম্মোচ্যতে। ধৌতিবস্তুকর্ম্মদ্বয়ং ভোজনাং প্রাগেব কর্তব্যং।

গুণ্যপ্লীহোদরং চাপি বাতপিত্তকফোদ্ভবাঃ ॥

বস্তিকৰ্ম্মপ্রভাবেণ ক্ষীয়ন্তে সকলাময়াঃ ॥ ২৭ ॥

ধাত্বিন্দিয়ান্তঃকরণপ্রসাদং দদ্যাচ্চ কাস্তিঃ দহনপ্রদীপ্তিযু ।

অশেষদোষোপচয়ং নিহন্যাদভ্যাস্যমানং জলবস্তিকৰ্ম্ম ॥ ২৮ ॥

তদনন্তরং ভোজনে বিলম্বোহপি ন কার্যঃ । কেচিত্তু পূৰ্ণং মূল্যধাবেণ
বায়োবাকৰ্ষণমভ্যস্য জলে স্থিত্য পায়ৌ নালপ্রবেশনমন্তবেগৈব বস্তিকৰ্ম্মাভ্য-
সন্তি । তথা করণে সৰ্ব্বং জলং বহিনীয়াতি । অতো নানারোগধাত্বক্ষয়াদি-
সম্ভবাচ্চ তথা বস্তিকৰ্ম্ম নৈব বিধেয়ং । কিমন্যাথা দ্বাত্মারামঃ পায়ৌ ন্যস্ত-
নাল ইতি ব্রূয়াৎ ॥ ২৬ ॥

বস্তিবৰ্ম্মগুণানাহ দ্বাত্মাং । গুণ্যপ্লীহোদরমিতি । গুণ্যং প্লীহং বোগ-
বিশেষাবুদরং জলোদরং চ তেষাং সমাহাবদ্বন্দ্বঃ । বাতং পিত্তং চ কফং
তেভ্য উদ্ভবা একৈকস্মাদ্ভ্যাস্ত সৰ্ব্বৈভ্যো বা জাতাঃ সকলাঃ সৰ্ব্ব আময়া রোগা
বস্তিকৰ্ম্মণঃ প্রভাবঃ সামর্থ্যং তেন ক্ষীয়ন্তে নশ্যন্ত ॥ ২৭ ॥

ধাত্বিত্তি । অভ্যাস্যমানমগুণ্যমানং জলে বস্তিকৰ্ম্ম জলবস্তিকৰ্ম্ম কৰ্ত্ত্ব দদ্যা
দযুষ্ঠাতুরিতি শেষঃ । ধাতবো রসাস্তঙ্গমাংসমেদোহস্থিমজ্জাশুক্ৰাণি ধাতব
ইত্যুক্তা । ইন্দিয়াণি বাক্‌পাণিপাদপায়ুপস্থানি পঞ্চ কৰ্ম্মোল্লিয়াণি শ্রোত্রহৃচ্চক্ষু-
জিহ্বাদ্বাণানি পঞ্চ জ্ঞানেন্দিয়াণি চ । অন্তঃকরণানি মনোবুদ্ধিচিন্তাহৃদা-
ব-
রূপানি তেষাং পবিতাপবিক্ষেপশোকমোহগৌরবাবরণদৈর্ঘ্যাদিরাজসতামস
বিস্মাবিনিবর্তনেন সুখপ্রকাশলাষবাদিসাত্তিকবৰ্ম্মাবির্ভাবঃ প্রসাদস্তং । কাস্তিঃ
হুতিং । দহনম্ জঠরাগ্নেঃ প্রদীপ্তিং প্রকৃষ্টাং দীপ্তিং চ । তথা অশেষাঃ
দমস্তা যে দোষা বাতপিত্তকফান্তেষামুপচয়ং এতদপচয়ত্যাখ্যপলক্ষণং উপচয়া-
পচর্যৌ নিহন্যাং নিতরাং হন্যাং । দোষসাম্যরূপমাযোগ্যং কুৰ্য্যাদি-
ত্যাৰ্থঃ ॥ ২৮ ॥

অথ নেতিঃ ।

সূত্রং বিতস্তি স্মৃষ্টিং নাসানালে প্রবেশয়েৎ ।

মুখান্নির্গময়েচ্চৈষা নেতিঃ সিদ্ধৈর্নির্গদ্যতে ॥ ১৯ ॥

কপালশোধিনী চৈব দিব্যদৃষ্টিপ্রদায়িনী ।

জত্রুর্জ্জাতরোগোঘং নেতিরাস্তু নিহন্তি চ ॥ ২০ ॥

অথ নেতিকর্ম্মাহ । সূত্রমিতি । বিতস্তি বিতস্তিমিতং বিচস্তিরিত্যুপ-
লক্ষণমধিকস্তাপি । যাবতা সূত্রেণ সম্যক্ নেতিকর্ম্ম ভবেৎ তাবদগ্রাহ্যং ।
স্মৃষ্টিং সূচ্যে স্মৃষ্টিং গ্রহ্যাদিবহিতং সূত্রে তচ্চ নবধা দশধা পঞ্চদশধা বা
গুণিতং সূচ্যং গ্রাহ্যং । নাসা নামিকা সৈব নালঃ সচ্ছিদ্রাঃ তস্মিন্
প্রবেশয়েৎ । মুখাং নির্গময়েৎ নিকাসয়েৎ । তৎপ্রকাবন্তেবং । সূত্রপ্রাপ্তং
নাসানালে প্রবেশ্যেতরনাসাপুটমমূল্যা নিরুধ্য পূর্বকং কুর্য্যাৎ । পুনশ্চ
মুখে ন রেচয়েৎ । পুনঃ পুনবেবং কুর্ষতো মুখে সূত্রপ্রাপ্তমায়ীতি । 'তৎসূত্র-
প্রাপ্তং নাসাবহিঃসূত্রপ্রাপ্তং চ গৃহীত্বা শনৈশ্চালয়েদতি । চকারাদেকস্মিন্
নাসানালে প্রবেশ্যেতবস্মিন্ নির্গময়েদিত্যুক্তং । তৎপ্রকাবন্তে কস্মিন্ নাসানালে
সূত্রপ্রাপ্তং প্রবেশ্যেতবনানাপুটমমূল্যা নিরুধ্য পূর্বকং কুর্য্যাৎ পশ্চাদিতবনাসা-
নালেন রেচয়েৎ । পুনঃপুনবেবং কুর্ষত ইত্যনাসানালে সূত্রপ্রাপ্তমায়ীতি তচ্চ
পূর্ববচ্চালনং কুর্যাদিতি । অয়ং প্রকারস্ত বহুধা কুর্ষতঃ কদাচিত্তবতি ।
এষোক্তা সিদ্ধৈবনিমাদিগুণসম্পন্নৈঃ । তদ্বক্তং 'অবাপ্তাষ্টিগুণৈর্ধর্ম্মাঃ সিদ্ধাঃ
সন্তি নিরূপিতা' ইতি নেতির্নির্গদ্যতে নেতিরিতি কথ্যতে ॥ ১৯ ॥

নেতিগুণানাহ । কপালশোধিনীতি । কপালং শোধয়তি শুদ্ধং মলরহিতং
করোতি ইতি কপালশোধিনী । চকারান্ নাসানালাদীনামপি । এবশকোভ-
ধারণে । দিব্যাঃ সূক্ষ্মপদার্থগ্রাহিনীঃ দৃষ্টিং প্রকর্ষণে দদ্যতীতি দিব্যদৃষ্টি-
প্রদায়িনী । নেতিক্রিয়া জত্রুণোঃ স্কন্ধসঙ্কোচরুর্জ্জুপরিভাগে জাতো জত্রুর্জ্জ-
জাতঃ স চাসৌ বোগাণামোষশ্চ তমান্ত বাটিতি নিহন্তি । চকাবঃ পাদপূরণে ।
স্কন্ধো ভুজশিরোংসোহস্ত্রী সন্ধী তশ্চৈব জত্রুণীত্যমবঃ ॥ ২০ ॥

१७

कविता...

३६...

३७...

নতাংসে। ভ্রাময়েদেষা নৌলিঃ সিতৈকঃ প্রাক্ষতে ॥৩৩॥

নৌলিগুণানাহ । মন্দার্থীতি । মন্দাশাসাবধিজ ঠরাধিস্তস্ত সন্দীপনং সম্যক্

মন্দাগ্নিসন্দীপন পাচনাদি-

সন্ধাপিকনান্দকরী সর্দৈব ।

অশেষ দোষাময়শোষণী চ

হঠক্রিয়ামৌলিরিয়ং চ নৌলিঃ ॥ ৩৪ ॥

কপালভাতমাহ ।

ভস্ত্রাবল্লোহকারস্য রেচপুরৌ সসস্ত্রমৌ ।

কপালভাতির্বিখ্যাতা কফদোষবিশোষণী ॥ ৩৫ ॥

যট্ কৰ্ম্মনির্গতস্থৌল্যকফদোষমলাদিকঃ ।

প্রাণায়ামং ততঃ কুর্ধ্যাদনায়াসেন সিদ্ধাতি ॥ ৩৬ ॥

দীপনং চ পাচনং চ ভুক্তান্নপরিপাকং মন্দাগ্নিসন্দীপনপাচনে তে আদিনী
যন্ত তন্মন্দাগ্নিসন্দাপনপাচনাদি তস্য সন্ধাপিকা বিধাত্রা । আদিশঙ্কেন মল-
শুদ্ধ্যাদি । সর্দৈব সর্ষদৈবানন্দকারী সুখকরী । অশেষাঃ সমস্তাঃ তে দো-
ষাঃ বাতাদয় আমাশাঃ রোগান্তেষাং শোষণী চ শোষণকত্রী হঠস্ত ক্রিয়ায়াং
ধৌতাদীনীং মৌলিষৌলিরিবোত্তমা ধৌতিবস্ত্যানৌলিসাপেক্ষত্বাৎ । ইয়-
মুক্তা নৌলিঃ ॥ ৩৪ ॥

কপালভাতিং তদগুণং চাহ ভস্ত্রাবদिति । লোহকারস্ত ভস্ত্রাধেৰ্দ্ধমন-
সাধনীভূতং চৰ্ম্ম তদ্বং সস্ত্রমেণ সহ বর্তমানৌ সসস্ত্রমাবমর্দৌ যৌ রেচপুরৌ
রেচকপুরকৌ কপালভাতিরিতি বিখ্যাতা । কীদৃশী কফদোষবিশোষণী কফস্ত
দোষা বিংশতিভেদভিন্নাঃ । তদ্বৃদ্ধং নিদানে কফরোগাঃ বিংশতিরিতি । তেষাং
বিশোষণী বিনাশিনী ॥ ৩৫ ॥

যট্ কৰ্ম্মণাং প্রাণায়ামস্তোপকারকত্বমাহ । যট্ কৰ্ম্মেতি । যট্ কৰ্ম্মভিকৌতি-
প্রভৃতিভিনির্গতাঃ । স্থৌল্যং স্থূলস্ত ভাবঃ স্থূলত্বং । কফদোষা বিংশতিসংখ্যকা
মলাদয়ঃ যন্ত স তথা । শেষাঃ দ্বিভাষেতি ক প্রত্যয়ঃ । আদিশঙ্কেন পিত্তাদয়ঃ ।
প্রাণায়ামং কুর্ধ্যাৎ । ততস্তস্মাৎ যট্ কৰ্ম্মপূর্ব্বকাং প্রাণায়ামাদনায়াসেনাশ্রমেণ
সিদ্ধাতি যোগ ইতি শেষঃ । যট্ কৰ্ম্মাকরণে তু প্রাণায়ামে শ্রমাধিক্যং ত্রাদिति
ভাবঃ ॥ ৩৬ ॥

প্রাণায়ামেবৈব সর্কে প্রাপ্ত্যন্তি মলা ইতি ।

আচার্যাণাং তু কেষাক্ষিদন্যং কৰ্ম্ম ন সম্মতম্ ॥ ৩৭ ॥

উদরগতপদার্থমুদ্রমন্তি

পবনমপানমুদীৰ্য্য কণ্ঠনালে ।

ক্রমপরিচয়বশানাডিচক্রা

গজকরণীতি নিগদ্যতে হৃষ্টৈজ্ঞঃ ॥ ৩৮ ॥

ব্রহ্মাদয়োহপি ত্রিদেশাঃ পবনাভ্যাসতৎপরঃ ।

অভূবন্নন্তকভয়াং তস্মাং পবনমভ্যাসেৎ ॥ ৩৯ ॥

মতভেদেন ষট্‌কৰ্ম্মণামনুপযোগ্যমাহ । প্রাণায়ামেবিতি । প্রাণায়ামেবৈব ।
এবশব্দঃ ষট্‌কৰ্ম্মব্যবচ্ছেদার্থঃ । সর্কে মলাঃ প্রাপ্ত্যন্তি । মলা ইত্যপলক্ষণং
হৌল্যকফপিত্তাদীনাম্ । ইতি হেতোঃ কেষাক্ষিদাচার্যাণাং যাজ্ঞবল্ক্যাদীনাম-
ন্ত্যংকৰ্ম্ম ষট্‌কৰ্ম্ম ন সম্মতং নাভিমতং । আচার্যলক্ষণমুক্তং বায়ুপুবাণে ।
আচিনোতি চ শাস্ত্রার্থমাচবেং স্থাপয়েদপি । স্বয়মাচরতে যস্মাদাচার্য্যন্তেন
চোচ্যত ইতি ॥ ৩৭ ॥

গজকরণীমাহ । উদরগতমতি । অপানং পবনমপানবায়ুং কণ্ঠনালে
কণ্ঠঃ নাল ইব কণ্ঠনালস্তম্মিন্নুদীৰ্য্যোংক্ষিপ্যাদরে গতঃ প্রাপ্তঃ স চাসৌ পদা-
র্থন্তু ভুক্তপীতামজলাদি পরবোধমকৃত্যপিবন্তি যযা যোগিন ইত্যধ্যাহারঃ ।
ক্রমেণ যঃ পরিচরোহভ্যাসস্তেনাবশ্যং স্বাধীনং নাড়ীনাং চক্রং যন্তাং সা তথা ।
সা ক্রিয়া হৃষ্টৈজ্ঞৈর্হৃষ্টযোগাদ্যভিজৈর্গজকরণীতি নিগদ্যতে কথ্যতে । ক্রম-
পরিচয়বশনাড়ীমার্গ ইতি কচিং পাঠস্তস্মায়মার্থঃ ক্রমপরিচয়েন বশ্তে । নাড়্যাঃ
শঙ্খিন্যা মার্গঃ কণ্ঠপর্ধ্যন্তো যন্তাং সা তথা ॥ ৩৮ ॥

প্রাণায়ামোহবশ্যমভ্যাসনীয়ঃ সর্কোত্তমৈরভ্যাস্তস্মাং মহাকলত্বাঠেতি সূচয়-
মাহ চতুর্ভিঃ । ব্রহ্মাদয় ইতি । ব্রহ্মা আদির্ঘেষাং তে ব্রহ্মাদয়স্তেহপি কিমু-

যাবদেব মরুদ্দেহে যাবচ্চিত্তং নিরাকুলম্ ।

যাবদ্দৃষ্টিভ্রুবোন্মাদো তাবৎ কালভয়ংকুতঃ ॥ ৪০ ॥

বিধিবৎ প্রাণসংযামৈর্নাড়ীচক্রে বিশোধিতে ।

স্বষুম্নাবদনংভিত্ত্বা স্পথংবিশতি মারুতঃ ॥ ৪১ ॥

মারুতে মধ্যমক্ষারে মনঃস্থৈর্যং প্রজায়তে ।

যো মনঃস্থস্থিরীভাবঃ সৈবাবস্থা মনোন্মনী ॥ ৪২ ॥

তান্য ইত্যর্থঃ । ত্রিংশদেবঃ অন্তর্যতীত্যন্তক কালস্তম্ভাদয়মন্তকভয়ং
তস্যাং । পবনস্ত প্রাণবায়োভ্যাসো বেচকপূরককুস্তকভেদভিন্নপ্রাণায়ামানুষ্ঠান-
রূপস্তম্ভস্তংপরা অবহিতা অভূবমান্ । তস্যাং পবনমভ্যাসং প্রাণম-
ভ্যাসং ॥ ৩৯ ॥

যাবৎ যাবৎকালপর্যন্তং মরুৎপ্রাণানিলো দেহে শরীবে বদ্ধঃ প্রাসোচ্ছ্র-
মক্ৰিশাশূন্যঃ । যাবৎ চিত্তমন্ত-করণং নিরাকুলমধিক্ষিপ্তং সমাহিতং । যাবদ্-
ক্রবোমধ্যে দৃষ্টিরন্তঃকরণরুতিঃ । দৃশিরত্র জ্ঞানসামান্যার্থঃ । তাবৎ তাবৎ-
কালপর্যন্তং কলয়তীতি কালোহন্তকস্মাদ্ভয়ং কুতঃ । ন কুতোহপীত্যর্থঃ ।
তথাচ বক্ষ্যতি । খাদ্যাতে ন চ কালেন বাধাতে ন চ কৰ্ম্মণা । সাধ্যাতে ন স
কেনাপি যোগী গুরুঃ সমাধিনেতি । দ্বাদ্বীনো ভবতীত্যর্থঃ ॥ ৪০ ॥

বিধিবদिति । বিধিবৎ প্রাণসংযামৈর্নাড়ীচক্রে বিশোধিতে নির্মলে সতি মারুতো
বায়ুঃ স্বষুম্না ইড়াপিঙ্গলয়োর্মধ্যস্থ্য নাড়ী তস্মা বদনং মুখং ভিত্ত্বা স্পথং অনা-
য়াসাত্ বিশতি স্বষুম্নারুতি শেষঃ ॥ ৪১ ॥

মারুত ইতি । মধ্যে স্বষুম্নামধ্যে সক্ষারঃ সম্যক্ চরণং গমনং মূৰ্দ্ধপর্য-
ন্তং যন্ত স মধ্যমক্ষারস্তম্ভিন্ সতি মনসঃ স্থৈর্যং ধ্যেয়াকাররুতিপ্রবাহো
জায়তে প্রাহুর্ভবতি । যো মনসঃ স্থস্থিরীভাবঃ স্থস্থিরীভবনং সৈব মনোন্
মনাবস্থা । মনোন্মনীশব্দ উন্মনীপর্য্যায়ঃ । তথাগ্রে বক্ষ্যতি । রাজযোগঃ
সমাধিচ্ছেত্যাদিনা ॥ ৪২ ॥

তৎসিদ্ধয়ে বিধানজ্ঞানচিত্তান কুর্কন্তি কুন্তকান্ ।

বিচিত্রকুন্তকাভ্যাসাদ্ বিচিত্রাং সিদ্ধিমাণুয়াং ॥ ৪৩ ॥

অথ কুন্তকভেদাঃ ।

সূর্য্যভেদনমুজ্জায়ী দীংকারী শীতলী তথা ।

ভঙ্গিকা ভ্রামরী মুচ্ছা প্রাবিনীতাষ্টকুন্তকাঃ ॥ ৪৪ ॥

পূরকান্তে তু কৰ্ত্তব্যো বন্ধো জালন্ধরাভিধঃ ।

কুন্তকান্তে রেচকাদৌ কৰ্ত্তব্যাস্তু ডিড্যানকঃ ॥ ৪৫ ॥

বিবিদ্রেষু কুন্তকেষু পৃষ্ঠিতং জনয়িতুং তেযাং মুখ্যকলমবাত্তরফলং চাহ
তৎসিদ্ধয়ে ইতি । বিধানং কুন্তকানুষ্ঠানপ্রকারস্তজ্ঞানতীতি বিধানজ্ঞানস্তৎ-
সিদ্ধয় উন্নয়নবহাগিক্রয়ে চিত্তান সূর্য্যভেদনাদিভেদেন নানাবিধান কুন্তকান্
কুর্কন্তি । বিচিত্রাং তে কুন্তকাং বিচিত্রকুন্তকান্তেযামভ্যাসাদনুষ্ঠানাদ্
বিচিত্রামনিমাদিভেদেন নানাবিধাং বিলক্ষণাং বা জন্মোদয়মদ্বতপোজাতাং ।
তদ্বলং ভাগবতে জন্মোদয়িতপোমদ্বৈর্গাবতীরিহ সিদ্ধয়ঃ । যোগেনাপ্রোতি
তাঃ সর্গা নান্যৈর্যোগগতিং ব্রজেদিতি । আপ্নুয়াং প্রত্যাহাবাদিপৰম্পরয়েতি
ভাবঃ ॥ ৪৩ ॥

অথাষ্টকুন্তকান্নামভিনির্দিশতি । সূর্য্যভেদনমিতি । স্পষ্টং ॥ ৪৪ ॥

অথ হঠসিদ্ধাবনন্যসিদ্ধাং পাবমহংগীং সর্গকুন্তকসাধারণযুক্তিমাহ ত্রিভিঃ ।
পূবকান্ত ইতি । জালন্ধর ইত্যভিধা নাম যন্ত স জালন্ধরাভিধঃ বন্ধঃ বধ্রাতি
ধাপবায়ুমিতি বন্ধঃ কঠাক্ষনপূর্বকং চিৎকস্য হৃদি স্থাপনং জালন্ধরবন্ধঃ ।
পূবকান্তে পূবকান্তে পূরকানন্তরং ঝটিতি কৰ্ত্তব্যঃ । তুশকাং কুন্তকাদাবু-
ডিড্যানকস্ত কুন্তকান্তে কুন্তকান্তে কিঞ্চিৎ কুন্তকশেষে বেচকাদৌ রেচ-
কাদৌ রেচকাং পূর্বং কৰ্ত্তব্যঃ । প্রযত্নবিশেষণ নাভিঃ দেশস্ত পৃষ্ঠত আক-
র্ষণমুডিড্যানবন্ধঃ ॥ ৪৫ ॥

অবস্তাং কুঞ্চনেনাপ্ত কণ্ঠসঙ্কোচনে কৃতে ।

মধ্যে পশ্চিমতানেন স্যাৎপ্রাণী ব্রহ্মনাড়িগঃ ॥ ৪৬ ॥

অপানমূৰ্দ্ধমুখাপ্য প্রাণং কণ্ঠাদধো নয়েৎ ।

যোগী জরাবিমুক্তঃ সন্ যোড়শাঙ্গবয়ো ভবেৎ ॥ ৪৭ ॥

অবস্তাদিতি । কণ্ঠস্থ সঙ্কোচনং কণ্ঠসঙ্কোচনং তস্মিন কৃতে সতি জালঙ্কর-
বন্ধে কৃতে সতীত্যর্থঃ । আশ্বব্যবহিতোত্তরমেবাধস্তাদধঃপ্রদেশাদাকুঞ্চনেনাধা-
রকুঞ্চনেন মূলবন্ধেনেত্যর্থঃ । মধ্যে নাভিপ্রদেশে পশ্চিমতঃ পৃষ্ঠতস্তানং তা-
ননমাকর্ষণং তেনোড়িগানবন্ধেনেত্যর্থঃ । উক্তনীত্যা কৃতেন বন্ধত্বেন প্রাণো
বায়ুব্রহ্মনাড়ীং সুসুমাং গচ্ছতীতি ব্রহ্মনাড়ীগঃ সুসুমানাড়ীগামী ইত্যদিত্যর্থঃ ।
অত্রৈবং বহুশ্চ । যদি শ্রীগুরুমুখাজিহ্বাবন্ধঃ সম্যক্ পরিজ্ঞাতস্তর্হি জিহ্বা-
বন্ধপূর্বকেন জালঙ্করবন্ধেনৈব প্রাণায়ামঃ সিধ্যতি । বায়ুপ্রকোপেনৈব-
মধাহুবপুঃ চেষ্টাং বদনে প্রসরতেত্যাদীনী সর্পাণি লক্ষণানি জায়ন্তে ইতি
মূলবন্ধোড়িগানবন্ধো নোপযুক্তো । তয়োর্জিহ্বাবন্ধপূর্বকেন জালঙ্করবন্ধে-
নাশ্রয়সিদ্ধিত্বাং । জিহ্বাবন্ধো ন বিদিতশ্চেদধস্তাং কুঞ্চনেতি শ্লোকোক্ত-
রীত্য প্রাণায়ামাঃ কর্তব্যঃ । ত্রয়োহপি বন্ধা গুরুমুখজ জ্ঞাতব্যঃ । মূল-
বন্ধস্ত সমাগজ্ঞাতো নানাবোগোংপাদকঃ । তথা হি । যদি মূলবন্ধে কৃতে
ধাতুক্ষয়ো বিষ্টস্তোহগ্নিমান্দ্যং নাদমান্দ্যং গুটিকাসমূহাকারমজ্ঞেব পুণীষৎ
শ্রাস্তদা মূলবন্ধঃ সম্যক্ ন জ্ঞাত ইতি বোধ্যং । যদি হু ধাতুপুষ্টিঃ সম্যক্
মলগুদ্ধিবগ্নিদীপ্তিঃ সম্যক্ নাদাভিব্যক্তিঃ শ্রান্ততদা জ্ঞেয়ং মূলবন্ধঃ সম্যক্
জ্ঞাত ইতি ॥ ৪৬ ॥

অপানমিতি । অপানমপানবায়ুমূৰ্দ্ধমুখাপ্যাধাবাকুঞ্চনেন প্রাণং প্রাণবায়ুং
কণ্ঠাদধঃ অধোভাগে নয়েৎ প্রাণয়েৎ যঃ স যোগী যোগোহস্যাস্তি অভ্যস্তত্বে-
নেতি যোগী যোগাভ্যাসী জরয়া বার্দ্ধকেন বিমুক্তঃ বিশেষণ মুক্তঃ সন্ । শোড়-
শানাম্ অকানাম্ সমাহারঃ যোড়শাঙ্গং যোড়শাঙ্গং বয়ঃ যন্ত স তাদৃশঃ ভবেৎ ।
যদ্যপি পূর্বকালন্তে তু কর্তব্য ইত্যনেন বন্ধানাং কাল উক্তঃ । অধস্তাং কুঞ্চ-

নেনেত্যনেন বন্ধানাং স্বরূপমুক্তং । অপানমূৰ্দ্ধমুখাপ্যেত্যনেন বন্ধানাং ফল-
মুক্তমিতি বিশেষঃ । জালন্ধরবন্ধে মূলবন্ধে চ কৃতে নাভেবধোভাগে আক-
ৰ্ষণাখ্যঃ বন্ধঃ উড্ডিয়ানবন্ধো ভবত্যেবেত্যস্মিন্ শ্লোকে নোক্তঃ । তথাচোক্তং
জ্ঞানেশ্বরেণ গীতাযষ্ঠাধ্যায়ব্যাখ্যায়াং । মূলবন্ধে জালন্ধরবন্ধে চ কৃতে নাভের-
ধোভাগে আকৰ্ষণাখ্যো বন্ধঃ স্বয়মেব ভবতীতি ॥ ৪৭ ॥

যোগাভ্যাসক্রমং বক্ষ্যে যোগিনাং যোগসিদ্ধয়ে ।

উষঃকালে সমুখায় প্রাতঃকালেহথবা বুধঃ ॥ ১ ॥

গুরুং সংস্মৃত্য শিবসি হৃদয়ে স্বেষ্টদেবতাং ।

শৌচংকৃত্বা দন্তশুদ্ধিং বিদধ্যাদ্ভ্রামধারণং ॥ ২ ॥

শুচৌ দেশে মঠে বম্যে প্রতিষ্ঠাপ্যাসনংমূহু ।

তত্রোপবিষ্টা সংস্মৃত্য মনসা গুরুমীশ্বরং ॥ ৩ ॥

দেশকালৌ চ সংকীৰ্ত্ত্য সংকল্প্য পিপিপূৰ্ণকম্ ।

অনন্তং পণমেদেবং নাগেশং পার্শ্বমিদ্ধিযে ॥ ৪ ॥

ততোহভ্যাসেদাসনানি ত্রমে জাতে শবাসনং ।

অন্তে সমভ্যাসেত্তত্ত্ব ত্রমাতাবে হু নাভ্যসেং ॥ ৫ ॥

কবণীং বিপবীতাপ্যাং কুস্তকাং পূৰ্ণমভ্যাসেং ।

জালন্ধরপ্রসাদার্ণং কুস্তকাং পূৰ্ণযোগতঃ ॥ ৬ ॥

বিধায়াচমনং কৃত্বা কৰ্ম্মাঙ্গং প্রাণসংযমং ।

যোগীন্দ্রাদীনু নমস্কৃত্য কোর্গাচ্চ শিববাক্যতঃ ॥ ৭ ॥

নমস্কৃত্যথ যোগীন্দ্রানু সশিষ্যাংশ্চ বিনাযকং ।

গুরুকৈবাল্য মাং যোগী যুঞ্জীত স্তমসাহিতঃ ॥ ৮ ॥

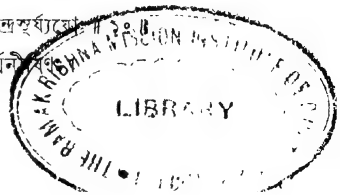
বন্ধাভ্যাসে সিদ্ধপীঠং কুস্তকাবদ্ধপূৰ্ণকং ।

প্রথমে দশ কর্তব্যঃ পঞ্চবুদ্ধ্যা দিনেদিনে ॥ ৯ ॥

কার্য্য অশীতিপর্য্যন্তং কুস্তকাঃ স্তমসাহিতৈঃ ।

যোগীন্দ্রঃ প্রথমং কুৰ্য্যদভ্যাসং চন্দ্রসূর্য্যয়োঃ ॥ ১০ ॥

অনুলোমবিলোমাধ্যমেতং প্রাহস্মানীষধিঃ ॥ ১১ ॥



আমনে সুখদে যোগী বন্ধা টৈচবাসনং ততঃ ।

দক্ষনাড্যা সমাকৃষ্য বহিঃস্থং পবনং শনৈঃ ॥ ৪৮ ॥

সূর্য্যভেদনমভ্যস্ত বন্ধপূর্ব্বকমেকধীঃ ॥ ১১ ॥

উজ্জায়িনং ততঃ কৃষ্যাং গীংকারীং শীতলীং ততঃ ।

ভঙ্গিকাং চ সমভ্যস্ত কৃষ্যাদন্যান্নবাপরান ॥ ১২ ॥

মুদ্রাঃ সমভ্যসেদুধা গুরুবক্তাদৃষথাক্রমং ।

ততঃ পদ্মাসনং বন্ধা কৃষ্যান্ নাদানুচিতনং ॥ ১৩ ॥

অভ্যাসং সকলং কৃষ্যাদৌশ্বর্যপর্ণমাদৃতঃ ।

অভ্যাসাহুখিতঃ স্নানং কৃষ্যাহুক্ষেণ বাৰিণা ।

স্নাত্বা সমাপয়েন্নিত্যং কর্ম সংক্ষেপতঃ সূধীঃ ॥ ১৪ ॥

মধ্যাহ্নেহপি তথাভ্যস্ত কিঞ্চিদিশ্রম্য ভোজনং ।

কুর্বীত যোগিনাঃ পথ্যমপথ্যং ন কদাচন ॥ ১৫ ॥

এলাং বাপি লবঙ্গং বা ভোজনান্তে চ ভক্ষয়েৎ ॥ ১৬ ॥

কেচিংকপূরং ইচ্ছন্তি তাম্বলং শোভনং তথা ।

চূর্ণেন রহিতং শস্তং পবনাভ্যাসযোগিনাং ॥ ১৭ ॥

ইতি চিন্তামণেকাক্যঃ স্বাস্ত্যং ভজতে নহি ।

কেচিংপদেন যম্বাতু তয়োঃ শীতোষ্ণহেতুনা ॥ ১৮ ॥

ভোজনানন্তরং কৃষ্যান্ মোক্ষশাস্ত্রাবলোকনং ।

পুরাণশ্রবণং বাপি নামসংকীৰ্ত্তনং বিভোঃ ॥ ১৯ ॥

সায়ংসন্ধ্যাবিধিং কৃত্বা যোগং পূর্ব্ববদভ্যসেৎ ।

যদা ত্রিঘটিকাশেষো দিবসোহভ্যাসমাচরেৎ ॥ ২০ ॥

অভ্যাসানন্তরং কার্য্য্য সায়ংসন্ধ্যা সদা বুধৈঃ ।

অর্দ্ধরাত্রে হঠাভ্যাসং বিদধ্যাং পূর্ব্ববদযমী ॥ ২১ ॥

বিপরীতাং তু করণীং সায়ংকালার্দ্ধরাত্রেয়োঃ ।

নাভ্যাসেদ্বোজনাদুর্দ্ধংযতঃ সা ন প্রশস্তা ॥ ২২ ॥

আকেশাদানথাগ্রাচ্চ নিরোধাবধি কুস্তয়েৎ ।

ততঃ শনৈঃ সব্যনাড়্যা রেচয়েৎ পবনং শনৈঃ ॥ ৪৯ ॥

অথোদ্দেশানুক্রমেণ কুস্তকান্ বিবক্ষুস্তত্র প্রথমোদিতং স্বর্ঘ্যভেদনং তদ-
গুণাংশ্চাহ ত্রিভিঃ । আসন ইতি । সুখং দদাতীতি সুখদং তস্মিন্ সুখদে ।
ভূচৌ দেশে প্রতিষ্ঠাপ্য স্থিৰমাসনমাজ্জনঃ । নাত্যুচ্ছ্রিতং নাতিনীচং তৈলা-
জিনকুশোত্তরমিত্যুক্তলক্ষণে বিবিক্তদেশে সুখাসনস্থঃ শুচিঃ সমগ্রীবশিরঃ-
শবীৰ ইতি ত্রৈতেষু তৈলাজিনকুশোত্তর আসনে । আন্তেহম্মিষ্মিত্যাসনং
আস্তেভেনেনেতি বা তস্মিন্ যোগী যোগভ্যাসী । আসনং স্তম্ভিকবীরসিদ্ধ-
পদ্মাদ্যন্ততমং মুখ্যত্যাং সিদ্ধাসনমেব বা বট্টেব বন্ধনেন সংপাদৈব কটুভে-
ত্যর্থঃ । তত আসনবন্ধানন্তরং দক্ষা দক্ষিণভাগস্থা যা নাড়ী পিঙ্গলা তয়া
বহিঃস্থং দেহাদবহির্ভূতমানং পবনং বায়ুং শনৈর্মুদংমুদং আকৃষ্য পিঙ্গলয়া
মুদং মুদং পূবকং রত্নেত্যর্থঃ ॥ ৪৮ ॥

আকেশাদিতি । কেশানামর্ঘ্যাদীকৃত্যাকেশং তস্যাং নথাগ্রানামর্ঘ্যাদীকৃত্যে-
ত্যানথাগ্রং তস্যাচ্চ নিরোধস্ত বায়োৰথবোধস্তাবধিস্বর্ঘ্যাদা যস্মিন্ কণ্ঠপি তন্তয়া
কুস্তয়েৎ । কেশপর্ঘ্যস্তং নথাগ্রপর্ঘ্যস্তং চ বায়োনিরোধো যথা ভবেৎতথাতি-
প্রযত্নেন কুস্তকং কুর্ঘ্যাদিত্যর্থঃ । ননু হঠান্নিরুদ্ধঃ প্রাণোহয়ং লোমকূপেষু
নিঃসরেৎ । দেহং বিদারয়ত্যেযু কুষ্ঠাদি জনয়ত্যপি । ততঃ প্রত্যায়িত-
ব্যোহর্দৌ ক্রমেণাৱণ্যহস্তিবৎ । বন্যো গজো গজারিক্কা যথৈব বৃহতামিয়াং ।
করোতি শাস্ত্রনির্দেশান্ ন চ তং পবিল্লভয়েৎ । তথা প্রাণী হৃদিস্থোহয়ং
যোগিনাং ক্রমযোগতঃ । গৃহীতঃ সেব্যমানস্ত বিশ্রান্তমুপগচ্ছতি ইতি বাক্য-
বিরুদ্ধমিতি প্রযত্নেন কুস্তকং কুর্ঘ্যাদিতি কথমুক্তমিতি ছেন । হঠান্নিরুদ্ধঃ
প্রাণোহয়মিতি বাক্যস্ত বলাদচিরেণ প্রাণজয়ং করিষ্যামীতি বুদ্ধ্যারম্ভঃ । এবং
চ বহ্ন্যভ্যাসাসক্তপরত্যাং ক্রমেণাবণ্যহস্তিবদ্বিতি দৃষ্টান্তস্মারত্যাচ্চ । অতএব
স্বর্ঘ্যচন্দ্রমসোরভ্যাসে ধারয়িত্বা যথাশক্তি নিধারয়েদিতি নিরোধত ইতি চোক্তং
সংগচ্ছতে । তস্যাং কুস্তকস্ত তিপ্রযত্নপূর্বকং কর্তব্যং । যথা যথাতিয়ত্নেন

কপালশোধনং বাতদোষস্তং কুমিদোষস্তং ।

পুনঃপুনরিদং কার্য্যং সূর্য্যতেদনমুত্তমম্ ॥ ৫০ ॥

অথোজ্জায়ী ।

মুখং সংযমা নাড়ীভ্যামাকৃষ্য পবনং শটনৈঃ ।

যথা লগতি কঠাত্ত্ব হৃদয়াবধি মস্বনম্ ।

পূর্ব্ববৎ কুম্ভয়েৎ প্রাণঃ রেচয়েদিড়য়া ততঃ ॥ ৫১ ॥

কুম্ভকঃ ক্রিয়তে তথা তথা তস্মিন্ শুগাধিকাং ভবেৎ যথা যথা চ শিথিলঃ কুম্ভকঃ
 স্ত্রাং তথা তথা শুগাল্লভ্যং স্ত্রাং । অত্র যোগিনামনুভবোহপি মানং । পূব-
 কস্ত শটনৈঃশটনৈঃ কার্য্যঃ বেগায় কৰ্ত্তব্যঃ । বেগাদপি কৃতে পূবকে দোষাভাবাং ।
 বেচকস্ত শটনৈঃ শটনৈবেব কৰ্ত্তব্যঃ । বেগাংকৃতে বেচকে বলহানিপ্রসঙ্গাং ।
 ততঃ শটনৈঃ শটনৈবেব রেচয়েন্ন তু বেগতঃ । ইত্যাদ্যনেকধা গ্রন্থকারোক্তেষু ।
 ততো নিরোধাবধি কুম্ভকানন্তরং শটনৈঃ শটনৈর্ম্মদংমদং সবে্য বামভাগে স্থিতা
 নাড়ী সব্যনাড়ী তয়া সব্যনাড়্যা ইড়য়া পবনং বাসুং বেচয়েৎ বহিনীংসাবয়েৎ ।
 পুনঃ শটনৈবিত্ত্যক্তিস্ত শটনৈবেব রেচয়েদিত্যবধাবগার্থা । ততুত্তং । বিষ্ময়ে চ
 বিষ্মাদেচ দৈন্ত্রে চৈবাবধারণে । তথা প্রমাদনে হর্ষে বাক্যমেকং দ্বিকৃত্যত
 ইতি ॥ ৪৯ ॥

কপালশোধনমিতি । কপালস্ত মস্তকস্ত শোধনং শুদ্ধিকরং । বাতজা দোষা
 বাতদোষা অশীতি প্রকারাস্তান্ হন্তি ইতি বাতদোষস্তং কুমীণামুদরে জাতানাং
 দোষো বিকারস্তং হরতীতি কুমিদোষস্তং । পুনঃপুনরীদং কার্য্যং সূর্য্য-
 ণা সূর্য্য কুম্ভকিত্বা চন্দ্রেণ রেচনমিতি রীত্যেদমুত্তমমুৎকৃষ্টং সূর্য্যভেদনং সূর্য্য-
 ভেদনাখ্যংকৃতং যোগিভিরিতিশেষঃ ॥ ৫০ ॥

উজ্জায়িনমাহ সার্দেন । মুখমিতি । মুখমাস্তং সংযমা সংযতং কৃত্বা মুদ্র-
 যিবেত্যর্থঃ । কঠাত্ত্ব কঠাদারভ্য হৃদয়াবধি হৃদয়মবধির্ম্মিন্ কৰ্ম্মণি তৎ তথা
 স্নেনেন সহিতং যথা স্ত্রাং তথা । উভে ক্রিয়ানিষেধে । লগতি শ্লিষ্যতি পবন

শ্লেষ্মদোষহবৎ কণ্ঠে দেহানলবিবৰ্দ্ধনম্ ॥ ৫২ ॥

নাড়ীজ্বলোদরাপাতুগতদোষবিনাশনং ।

গচ্ছতা তিষ্ঠতা কার্য মুজ্জায়াথাৎ তু কুস্তকম্ ॥ ৫৩ ॥

অথ সীংকারী ।

সীংকাং কুৰ্ঘ্যাত্তয়া বক্ত্রে ভ্রাণেনৈব বিজৃম্বিকাম্ ।

এবমভ্যাসযোগেন কামদেবে দ্বিতীয়কঃ ॥ ৫৪ ॥

ইত্যর্থাৎ । তথা তেন প্রকারেণ নাড়ীভ্যামিড়াপিঙ্গলাভ্যাং পবনং বায়ুং শনৈ-
শ্চন্দ্রমাকৃষ্যাকষ্টং কৃত্বা পূরয়িত্ত্বত্যর্থঃ । প্রাণং পূর্ববৎপূর্বেণ শূর্য্যভেদেনেন
তুল্যং পূর্ববৎ । আকেশাদানথাগ্রাস্ত নিয়োধাবপি কুস্তরৈদিভ্যাক্তরীত্যা কুস্ত-
নৈদোষয়েৎ । ততঃ কুস্তকানন্তরমিড়য়া বামনাড্যা রেচয়েৎ ত্যজ্যেৎ ॥ ৫২ ॥

উজ্জায়িগুণানাহ সার্বশ্লোকেন । শ্লেষ্মদোষহরমিতি । কণ্ঠে কণ্ঠপ্রদেশে
শ্লেষ্মদোষাঃ কাসাদয়স্তান্ হরতীতি শ্লেষ্মদোষহরস্তং দেহানলস্ত দেহমধ্য-
গতানলস্ত জাঠবস্ত বিবৰ্দ্ধনং বিশেষেণ বর্ধনং দীপনমিত্যর্থঃ ॥ ৫২ ॥

নাড়ী শিরা জলং পীতমুদকমুদরং তুন্দমাসমস্তাদ্বেহে বর্তমানা ধাতব আ-
ধাতবঃ । এষামিতরেতবদ্বন্দ্বঃ । তেষু গতঃ প্রাপ্তো যো দোষঃ বিকারস্তং বিশে-
ষেণ নাশয়তীতি নাড়ীজ্বলোদরাপাতুগতদোষবিনাশনং । গচ্ছতা গমনং কুর্ন্ততা
তিষ্ঠতা স্থিতেন বাপি পুংসা উজ্জায়াখ্যমজ্জায়ীত্যাখ্যা যস্ত ভৎ । তু ইত্য-
নেনাস্ত বৈশিষ্ট্যং দ্যোতয়তি । কার্য্যং কৃতব্যং । উজ্জাপীতি কচিংপাঠঃ ।
গচ্ছতা তিষ্ঠতা তু বন্ধরহিতঃ কর্তব্যঃ কুস্তকশক্তিবিজঃ । পুংলিঙ্গপাঠে তু
বিশেষণেষপি পুংলিঙ্গপাঠঃ কার্য্যঃ ॥ ৫৩ ॥

সীংকারীকুস্তকমাহ । সীংকামিতি । বক্ত্রে যথৈ সীংকাং সীদেব
সীংকা সীদিতি শব্দঃ সীংকাবস্তাং কুৰ্ঘ্যাৎ । ওষ্ঠরোরন্তবে সংলগ্নয়া জিহ্বয়া
সীংকাদপূর্বকং যুগেন পূবকং কুৰ্ঘ্যাদিত্যর্থঃ । ভ্রাণেনৈব নাসিকায়ৈবেত্য-
নেনোভাভ্যাং নাসাপুটাভ্যাং রেচকঃ কার্য্য ইত্যুক্তং । এবশব্দেন বক্তৃত্ব
ব্যবচ্ছেদঃ । বক্ত্রেণ বায়োনিসারণং ত্বভ্যাসানন্তরমপি ন কার্য্যং । বলহা-
নিকরত্বাৎ । বিজৃম্বিকাং রেচকং কুৰ্ঘ্যাদিত্যত্রাপি সংবধ্যতে । কুস্তকশু-
-

যোগিনীচক্রসামান্যঃ সৃষ্টিসংহারকারকঃ ।

ন ক্ষুধা ন তৃষা নিদ্রা নৈবালস্যং প্রজায়তে ॥ ৫৫ ॥

ভবেৎ সত্ত্বং চ দেহস্য সর্কোপদ্রববর্জিতঃ ।

অনেন বিধিনা সত্যং যোগীন্দ্রো ভূমিমণ্ডলে ॥ ৫৬ ॥

অথ শীতলী ।

জিহ্বয়া বায়ুমাকৃণ্য পূর্ববৎ কুন্তসাধনম্ ।

শনকৈত্র্যণরদ্ধাভ্যাং রেচয়েৎ পবনং সূধীঃ ॥ ৫৭ ॥

ক্লেহপি সীংকার্য্যঃ কুন্তকত্বাদেবাবগন্তব্যঃ । অথ সীংকার্য্যঃ প্রশংসা এবমুক্ত-
প্রকারেণাভ্যাসঃ পৌনঃপুন্যেনানুষ্ঠানং স এব যোগঃ যোগসাধনত্বাতেন দ্বিতীয়
এব দ্বিতীয়কঃ কামদেবঃ কন্দর্পঃ । রূপলাবণ্যাতিশয়েন কামদেবসাদৃ-
শ্যং ॥ ৫৪ ॥

যোগিনীনাং চক্রং যোগিনীচক্রং যোগিনীসমূহঃ । তস্ম সামান্যঃ সং-
সেব্যঃ । সৃষ্টিঃ প্রপঞ্চোৎপত্তিঃ সংহারস্তল্লয়ঃ তয়োঃ কারকঃ কর্তা । ক্ষুধা ভোক্তৃ-
মিচ্ছা ন । তৃষা জলপানেচ্ছা ন । নিদ্রা সুষুপ্তি ন । আলস্যং কায়চিত্ত-
গৌরবাৎ প্রবৃত্ত্যভাবঃ । কায়গৌরবং কফাদিনা চিত্তগৌরবং তমোগুণেন ।
নৈব প্রজায়তে নৈব প্রাহুর্ভবতি । এবমভ্যাসযোগেনেতি প্রজায়তে ইতি
প্রতিবাক্যং সংবধ্যতে ॥ ৫৫ ॥

ভবেদীতি । দেহস্য শারীরস্য সত্ত্বং বলক ভবেৎ । অনেনোক্তেন বিধিনা-
ভ্যাসবিধিনা যোগীন্দ্রঃ যোগিনাং ইন্দ্রঃ ইব যোগীন্দ্রঃ ভূমিমণ্ডলে সর্পৈকরূপ-
দ্রবৈববর্জিতো ভবেৎ সত্যং । সর্কোপদ্রবং সর্কসাধারণমিতি ন্যায়াৎ । যদু-
ফলং তৎসত্যমেবেত্যর্থঃ ॥ ৫৬ ॥

শীতলীকুন্তকমাহ । জিহ্বয়েতি জিহ্বাষোষ্ঠ্যোর্কর্কহিনির্গতয়া বিহঙ্গমা-
ধঃচকুসদৃশয়া বায়ুমাকৃণ্য শনৈঃ পূরকং কৃত্যেত্যর্থঃ । পূর্ববৎ সূর্য্যভেদনবৎ
কুন্তস্য কুন্তকস্য সাধনং বিধানং বহুত্বত্যাগ্যাহার । সূধীঃ শোভনা ধীর্ঘস্য সঃ
ভ্রাণস্ত রন্ধ্রে ভাভ্যাং নামাপুটবিবরাভ্যাং শনকৈঃ শনৈবেব । অব্যয়সর্কনা-
মামিত্যকচ । পবনং বায়ুং রেচয়েৎ ॥ ৫৭ ॥

গুণ্যপ্ৰীহাদিকান্ রোগান্ জ্বরং পিত্তং ক্ষুধাং তৃষাণ্ ।

বিষাণি শীতলী নাম কুস্তিকেষু নিহন্তি হি ॥ ৫৮ ॥

অথ ভস্মিকা ।

উর্কোরূপরি সংস্থাপ্য শুভে পাদতলে উভে ।

পদ্মাসনং ভবেদেতৎ সর্কপাপপ্রণাশনম্ ॥ ৫৯ ॥

সম্যক্ পদ্মাসনং বদ্ধা সমগ্রীবোদরঃ সূরীঃ ।

মুখং সংযম্য যত্নেন প্রাণং ত্রাণেন রেচয়েৎ ।

যথা লগতি হংকঠে কপালাবধি মস্ননম্ ॥ ৬০ ॥

শীতলীগুণানাহ । গুণ্যচ্চ প্ৰীহচ্চ গুণ্যপ্ৰীহৌ রোগবিশেষাবাদী যেষাং তে গুণ্যপ্ৰীহাদিকান্তান্ রোগানাময়ান্ জ্বরং জ্বাখ্যং রোগং পিত্তং পিত্তবিকারং ক্ষুধাং ত্রোক্ষ্মিচ্ছাং তৃষাং জলপানেচ্ছাং বিষাণি সর্গাদিবিষজ্জনিতবিকারান্ শীতলী নামেতি প্রসিদ্ধার্গিকমব্যয়ং । ইয়ুক্ত্য কুস্তিকা নিহন্তি নিতবাং হন্তি । কুস্তকঃ স্ত্রীলিঙ্গোহপি তথাচ শ্রীহর্বঃ । উদস্ত কুস্তীরং শতকুস্তজা ইতি ॥ ৫৮ ॥

ভস্মাকুস্তকম্ পদ্মাসনপূর্বকমেবানুষ্ঠানান্তদাদৌ পদ্মাসনমাহ । উর্কো-
রিতি । উপযুক্তানে শুভে শুদ্ধে উভে দ্বৈ পাদয়োস্তলেবধঃপ্রদেশে উর্কোঃ
সংস্থাপ্য সম্যক্ স্থাপয়িত্বা বসেৎ । এতৎপদ্মাসনং ভবেৎ । কীদৃশং সর্কেষাং
পাপানাং প্রকর্ষণে নাশনং অত্রোপরীত্যব্যয়মুত্তানবাচকং । তথা চ কারকেষু
মনোরমায়াং উপযুক্তপরি বুদ্ধীনামিত্যত্রোপবি বুদ্ধীনামিত্যস্যোত্তানবুদ্ধীনামিতি
ব্যাখ্যানং কৃতং ॥ ৫৯ ॥

ভস্মিকাকুস্তকমাহ । সম্যগিতি । গ্রীবা চ উদরং চ গ্রীবোদরং । শ্রাণ্যঙ্গস্তা-
দেকবদ্ভাবঃ । সমং গ্রীবোদরং যন্ত স সমগ্রীবোদরঃ । সুস্থিতাধীর্ঘন্ত স সূরীঃ ।
পদ্মাসনং সম্যক্ স্থিরং বদ্ধা মুখং সংযম্য সংযতং বৃত্তা যত্নেন প্রযত্নেন ত্রাণেন
ত্রাণৈস্যকতরেণ রুদ্ধেণ প্রাণং শরীরান্তঃস্থিতং বায়ুং রেচয়েৎ রেচকপ্রকারমাহ
যপেতি হৃদয়ং কঠং হংকঠং তস্মিন্ হংকঠে সমাহাবদ্ধকঃ । কপালাবধি

বেগেন পুরয়েচাপি হুংপদ্মাবধি মারুতম্ ।
 পুনর্বিরেচয়েতদ্বং পুরয়েচ্চ পুনঃ পুনঃ ॥ ৬১ ॥
 যথৈব লোহকারেণ ভস্মা বেগেন চাল্যতে ।
 তথৈব স্বশরীরস্থং চালয়েৎ পবনং ধিয়া ॥ ৬২ ॥
 যদা শ্রমো ভবেদেহে তদা সূর্যোঃ পুরয়েৎ ।
 যথোদরং ভবেৎ পূর্ণমিনিলেন তথা লঘু ॥ ৬৩ ॥
 ধারয়েন্মাসিকাং মধ্যতর্জ্জনীভ্যাং বিনা দৃঢ়ম্ ।
 বিধিবৎ কুস্তকং কৃত্বা রেচয়েদিদ্যানিলং ॥ ৬৪ ॥

কপালপর্যন্তং স্বনেন সহিতং সঙ্গনং যথা শ্রাং তথা যেন প্রকারেণ লগতি
 প্রাণ ইতি শেষঃ তথা রেচয়েৎ ॥ ৬০ ॥

হুংপদ্মম্ অবধির্ষ্মিন্ কক্ষণি তং হুংপদ্মাবধি বেগেন তরসা মারুতং বায়ুং
 পুরয়েৎ । চাপীতি পাদপূরণার্থং । তদ্বং পূর্ব্ববৎ পুনর্বিরেচয়েৎ পুনঃ পুনঃ পুর-
 য়েচেত্যবয়ঃ ॥ ৬১ ॥

উক্তার্থে দৃষ্টান্তমাহ । যথৈবেতি । লোহকারেণ লোহবিকারাণাং কৰ্ত্তৃ ।
 ভস্মাধ্বৈর্ধমনসাধনীভূতং চক্ষু যথৈব যেন প্রকারেণ বেগেন চাল্যতে তথৈব
 তেনৈব প্রকারেণ স্বশরীরস্থং স্বশরীরে স্থিতং পবনং প্রাণং ধিয়া বুদ্ধ্যা চাল-
 য়েৎ ॥ ৬২ ॥

রেচকপুরকয়োনির্ভুতবর্তনেন চালনম্যাবধিমাহ । যদা শ্রম ইতি । যদা
 যশ্মিন্ কালে দেহে শরীরে শ্রমঃ রেচকপুরকয়োনির্ভুতবর্তনেনায়াসো ভবেৎ-
 তদা তশ্মিন্ কালে যথা যেন প্রকারেণ পবনেন বায়ুনা লঘু ক্ষিপ্রেমবোদরং পূর্ণং
 ভবেত্তথা তেন প্রকারেণ সূর্য্যনাড়্যা পুরয়েৎ । লঘুক্ষিপ্রেমরং ক্রতমিত্যমরঃ ॥ ৬৩ ॥

পূরকানন্তরং বৎকর্তব্যং তদাহ । ধাবয়েদिति । মধ্যতর্জ্জনীভ্যাং বিনাসু-
 ঠানামিকাকনিষ্ঠকাভিনাসিকাং দৃঢ়ং ধারয়েৎ । অঙ্গুষ্ঠেন দক্ষিণনাসাপুটং
 নিরুধ্যানামিকাকনিষ্ঠকাভ্যাং বামনাসাপুটং নিরুধ্য নাসিকাং দৃঢ়ং গৃহীয়াদি-
 ত,র্থঃ । বিধিবদिति । বন্ধপূর্ব্বকং কুস্তকং কৃত্বা চন্দ্রনাড্যাঃ নিলং বায়ুং

বাতপিত্তশ্লেষ্মহরং শরীরায়িববর্দ্ধনম্ ॥ ৬৫ ॥

কুণ্ডলীবোধকং ক্ষিপ্ৰং পাবনং সুখদং হিতম্ ।

ত্রিঙ্গনাড়ীমুখে সংস্থকফাদ্যর্গলনাশনম্ ॥ ৬৬ ॥

রেচয়েৎ । ভক্তাকুস্তকশ্লেষ্মং পরিপাটী । বামনাসিকাপুটং দক্ষিণভুজানামিকাক-
নিষ্ঠিকাভ্যাং নিরুধ্য দক্ষিণনাসিকাপুটেন ভক্তাবদবেগেন বেচেকপূরকাঃ
কার্ধ্যাঃ । অমে জাতে তেনৈব নাসাপুটেন পূরকং কৃত্বাস্থুষ্ঠেন দক্ষিণং নাসা-
পুটং নিরুধ্য যথাশক্তি কুস্তকং ধাবয়েৎ । পংচাদিড়য়া রেচয়েৎ । পুনর্দক্ষিণ-
নাসাপুটমস্থুষ্ঠেন নিরুধ্য বামনাসিকাপুটেন ভক্তাবৎ ঋটিতি রেচকপূরকাঃ
কর্তব্যাঃ । অমে জাতে তেনৈব নাসিকাপুটেন পূরকং কৃত্বানামিকাকনিষ্ঠি-
কাভ্যাং বামনাসিকাপুটং নিরুধ্য যথাশক্তি কুস্তকং কৃত্বা পিঙ্গলয়া রেচয়েৎ
ইত্যেকা রীতিঃ । বামনাসিকাপুটমনামিকাকনিষ্ঠিকাভ্যাং নিরুধ্য দক্ষিণনা-
সিকাপুটেন পূরকং কৃত্বা ঋটিতাস্থুষ্ঠেন নিরুধ্য বামনাসাপুটেন রেচয়েৎ ।
এবং শতধা কৃত্বা অমে জাতে তেনৈব পূরয়েৎ । বন্ধপূর্বকং কৃত্বেড়য়া
রেচয়েৎ । পুনর্দক্ষিণনাসাপুটমস্থুষ্ঠেন নিরুধ্য বামনাসাপুটেন পূরকং কৃত্বা
ঋটিতি বামনাসিকাপুটমনামিকাকনিষ্ঠিকাভ্যাং নিরুধ্য পিঙ্গলয়া রেচয়েন্ত-
জ্ঞাবৎ । পুনঃ পুনবেবং কৃত্বা রেচকপূরকারুতিশ্রমে জাতে বামনাসাপুটেন
পূরকং কৃত্বানামিকাকনিষ্ঠিকাভ্যাং ধৃত্বা কুস্তকং কৃত্বা পিঙ্গলয়া রেচয়েদিতি
দ্বিতীয়া রীতিঃ ॥ ৬৪ ॥

ভক্তিকাণ্ডগানাহ । বাতপিত্তেতি । বাতশ্চ পিত্তং চ শ্লেষ্মা চ বাতপিত্তশ্লেষ্মা-
ণস্তান্ হরতীতি তাদৃশং শরীরে দেহে যোহধির্জঠরানলন্তস্ত বিশেষণ
বর্দ্ধনং দীপনং ॥ ৬৫ ॥

ক্ষিপ্ৰং নীঘ্রং কুণ্ডল্যাঃ স্তপ্তায়া বোধকং বোধকর্তৃ । পুনাতীতি পাবনং
পবিত্রকারকং সুখং দদাতীতি সুখদং হিতং ত্রিদোষহরত্বাংসর্বেষাং হিতং
সর্বদা চ হিতং সর্বেষাং কুস্তকানাং সর্বদা হিতত্বেহপি সূর্য্যভেদনোজ্জা-
য়িনাবুক্ষৌ প্রায়েণ নীতে হিতৌ । নীংকারীনীতল্যৌ নীতলে প্রায়েণোক্ষে

সমাগ্গাত্ৰ সমুদ্ভূতগ্রস্থিত্রয়বিভেদকম্ ।

বিশেষেণৈব কর্তব্যং ভস্মাখ্যং কুস্তকং ত্বিদম্ ॥ ৬৭ ॥

অথভ্রামরী ।

বেগাদেবাষং পুরকং ভৃঙ্গনাদং ভৃঙ্গীনাদং রেচকং মন্দমন্দম্ ।

যোগীন্দ্রাণামেবমভ্যাসযোগাচ্চিতে জাতা কাচিদানন্দ-

[লীলা ॥ ৬৮ ॥

হিতে । ভস্মাকুস্তকঃ সমশীতোষ্ণঃ সর্বদা হিতঃ । সর্কেষাং কুস্তকানাং সর্ব-
রোগহরত্বেহপি স্বর্ঘ্যভেদনং প্রায়েণ বাতহরং । উজ্জায়ী প্রায়েণ শ্লেষ্মহরঃ ।
শীংকাবীরীভল্যো প্রায়েণ পিত্তহরে । ভস্মাখ্যঃ কুস্তকঃ ত্রিদোষহব ইতি
বোধ্যং । ব্রহ্মনাড়ী সুষুমা ব্রহ্মপ্রাপকস্তাং । তথা চ শ্রুতিঃ । শতং চৈকং চ
হৃদয়স্য নাড়য়স্তাসাং মূর্দ্ধানমভিনিঃসৃতকা । তয়োক্তমায়ম্মতত্বমেতি বিযু-
গন্যা উৎক্রমণে ভবন্তি । তস্তা মুখেহগ্রভাগে সংস্থঃ সম্যক্ স্থিতো যঃ
ককাদিরূপোহর্গলঃ প্রাণগতিপ্রতিবন্ধকস্তস্ত নাশনং নাশকত্বং ॥ ৬৬ ॥

সম্যক্ দৃষ্টীভূতং গাত্রে গাত্রমধ্যে সুষুমারামেব সম্যগুদৃতং সমুদভূতং
জাতং যদগ্রস্থীনাং ত্রয়ং গ্রস্থিত্রয়ং ব্রহ্মগ্রস্থিবিষ্ণুগ্রস্থিরুদ্রগ্রস্থিরূপং তস্ত বিশে-
ষণে ভেদজনকং । অতএব ইদং ভস্মা ইত্যখ্যা যন্তেতি ভস্মাখ্যং কুস্তকং তু
বিশেষেণৈব কর্তব্যং অবশ্যং কর্তব্যমিত্যর্থঃ । স্বর্ঘ্যভেদনাদয়স্ত যথাসম্ভবং
কর্তব্যঃ ॥ ৬৭ ॥

ভ্রামরীকুস্তকমাহ । বেগাদিতি । বেগাং তরসা ঘোষণং সশব্দং যথা স্যাৎ
তথা ভৃঙ্গস্ত ভ্রমরস্ত নাদ এব নাদো যস্মিন্ কর্মণি চ তৎতথা পুরকং কৃত্বা ।
ভৃঙ্গ্যো ভ্রমর্যস্তাসাং নাদ এব নাদো যস্মিন্ তৎতথা মন্দং মন্দং রেচকং কুর্ঘ্যাং ।
পুরকানন্তরং কুস্তকং ভ্রামরোঃ কুস্তকত্বাদেব সিদ্ধো বিশেষাচ্চ নোক্তঃ । পুরক-
রেচকয়োস্ত বিশেষোহস্তীতি তাবেবোক্তো । এবমুক্তরীত্যভ্যাসমভ্যাসস্তস্ত
যোগো যুক্তিস্থম্বাদযোগীন্দ্রাণাং চিত্তে কাচিদনির্ঝাচ্যা আনন্দে লীলা ক্রীড়া
সানন্দলীলা জাতোৎপত্তা ভবতি ॥ ৬৮ ॥

অথ মুচ্ছা ।

পূরকান্তে গাঢ়তরং বন্ধা জালঙ্করং শনৈঃ ।
রেচয়েন মুচ্ছানাথ্যেয়ং মনোমুচ্ছা সুখপ্রদা ॥ ৬৯ ॥

অথ প্লাবিনী ।

অন্তঃপ্রবর্তিতোদারমাকৃতা পুরিতোদরঃ ।

পয়শ্চগাধেহপি স্খাৎ প্লবতে পদ্মপত্রবৎ ॥ ৭০ ॥

প্রাণায়ামস্তথা প্রোক্তো রেচপূরককুস্তকৈঃ ।

সহিতঃ কেবলশ্চেতি কুস্তকো দ্বিবিধো মতঃ ॥ ৭১ ॥

মুচ্ছাকুস্তকমাহ । পূরকান্তে ইতি । পূরকস্তান্তেহবসানেহতিশয়েন গাঢ়-
তরং জালঙ্কবাখ্যং বন্ধং বন্ধা শনৈর্মন্দং মন্দং রেচয়েৎ । ইয়ং কুস্তিকা মুচ্ছানা-
থ্যাতা মুচ্ছানা ইত্যাব্যয়া যত ইতি মুচ্ছানাখ্যা কীদৃশী মনোমুচ্ছরতীতি
মনোমুচ্ছা এতেন মুচ্ছানারা বিগ্রহদর্শনপূর্বকং ফলযুক্তং । পুনঃকীদৃশী সুখ-
প্রদা স্খাৎ প্রদদাতীতি স্খাৎপ্রদা ॥ ৬৯ ॥

প্লাবিনীকুস্তকমাহ । অন্তরিতি ॥ অন্তঃশরীরান্তঃ প্রবর্তিতঃ পুরিতঃ উদা-
রোহতিশয়িতো যো মাকৃতঃ সমীপস্তেনা সমস্তাং পুরিতম্ভবৎ যেন স পুমান-
গাধেহপ্যতলম্পর্শহপি পয়সি জলে পদ্মপত্রবৎ পদ্মপত্রেন তুল্যং সুখাদনায়া-
মাং প্লবতে তরতি গচ্ছতি ॥ ৭০ ॥

অথ প্রাণায়ামভেদানাহ । প্রাণায়াম ইতি । প্রাণশ্চ শরীরান্তঃসঞ্চা-
রায়োরায়মনং নিরোধনমায়ামঃ প্রাণায়ামঃ । প্রাণায়ামলক্ষণমন্তঃ গোরক্ষনাথেন ।
প্রাণঃস্বদেহজীবায়ুর্ভায়ামস্তনিরোধমিতি । রেচকংচ পূরকংচ কুস্তকংচ তৈর্ভে-
দৈস্ত্রিধা ত্রিপ্রকারকঃ রেচকপ্রাণায়ামঃ পূরকপ্রাণায়ামঃ কুস্তকপ্রাণায়ামশ্চেতি ।
রেচকলক্ষণমাহ যাঙ্জলক্যঃ 'বহির্ষদ্রেচনং বায়োরুদরাদ্রেচকঃ স্মৃত' ইতি রে-
চকপ্রাণায়ামলক্ষণম্ । নিষ্কৃত্য নাসাবিবরাদশেষং প্রাণং বহিঃশূণ্ডমিবানিলেন ।
নিরুধ্য সংতিষ্ঠতি রুদ্ধবায়ুঃ স রেচকো নাম মহানিরোধঃ । পূরকলক্ষণম্ ।
বাহাদাপূরণং বায়োরুদরে পূরকো হি সঃ । পূরকপ্রাণায়ামলক্ষণং । বাহ্যে

যাবৎ কেবলসিদ্ধিঃ শ্রাৎ সহিতং তাবদভ্যসেৎ ॥ ৭২ ॥

রেচকঃ পূরকঃ মুক্তাঃ স্থখং যদ্বায়াধারণম্ ।

প্রাণায়ামোহয়মিত্যুক্তঃ স বৈ কেবলকুস্তকঃ ॥ ৭৩ ॥

৭ ২ ১৪৭

স্থিতং ভ্রাণপুটেন বায়ুমাৰুহ্য তেনৈব শনৈঃ সমস্তাং । নাড়ীশ্চ সৰ্ব্বাঃ পরি-
পূরয়েৎ যঃ স পূরকো নাম মহানিবোধঃ । কুস্তকলক্ষণং । সংপূৰ্ণ্য কুস্তবদ-
বায়োদ্ধারণং কুস্তকো ভবেৎ । অয়ং কুস্তকস্ত পূরকপ্রাণায়ামাদভিন্নঃ ভিন্নস্ত
ন রেচকো নৈব চ পূরকোহত্র নামাপুটে সংস্থিতমেব বায়ুং । স্থানিশ্চলং ধার-
য়তে ক্রমেণ কুস্তাখ্যমেতৎ প্রবদন্তি তজ্জ্ঞাঃ । অথ প্রকারান্তরেণ প্রাণায়ামং
বিভজ্যতে । সহিত ইতি । কুস্তকো দ্বিবিধঃ । সহিতঃ কেবলশ্চেতি । মতোহ-
ভিমতো যোগিনামিতি শেষঃ । তত্র সহিতো দ্বিবিধঃ । বেচকপূৰ্বকঃ কুস্তক-
পূৰ্বকশ্চ । তদ্বুক্তং । আরেচ্যাপূৰ্ণ্য বা কুৰ্য্যাং স বৈ সহিতকুস্তকঃ । তত্র
রেচকপূৰ্বকো বেচকপ্রাণায়ামাদভিন্নঃ । পূরকপূৰ্বকঃ কুস্তকঃ পূরকপ্রাণায়ামা-
দভিন্নঃ কেবলকুস্তকঃ কুস্তকপ্রাণায়ামাদভিন্নঃ । প্রাপ্ততাঃ স্বৰ্ঘ্যভেদনাদয়ঃ
পূরকপূৰ্বকস্ত কুস্তকস্ত ভেদা জ্ঞাতব্যঃ ॥ ৭১ ॥

সহিতকুস্তকাভ্যাসস্তাবধিমাহ । যাবদिति । কেবলস্ত কেবলকুস্তকস্ত
সিদ্ধিঃ কেবলসিদ্ধির্বাৎপর্যন্তং শ্রাৎ তাবৎ পর্যন্তং সহিতকুস্তকং স্বৰ্ঘ্যভেদা-
দিকমভ্যাসেদমুচ্যতি ॥ ৭২ ॥ অমুয়াভেদানন্তরং যদা অমুয়াস্তর্ঘটশকা ভবন্তি তদা
কেবলকুস্তকঃ সিদ্ধ্যতি । তদনন্তরং সহিতকুস্তকা দশ বিংশতি বা কার্য্যাঃ ।
অশীতিসংখ্যাপূর্তিঃ কেবলকুস্তকৈরেব কর্তব্য । সতি সামর্থ্যে কেবলকুস্তকা
অশীতেরধিকাঃ কার্য্যাঃ ॥ ৭২ ॥

কেবলকুস্তকস্ত লক্ষণমাহ । রেচকমিতি । রেচকং পূরকং মুক্তা ত্যক্তা
স্থখমনায়াসং যথা শ্রাৎ তথা বায়োদ্ধারণং বায়ুধারণং যৎ স মিশ্রিতঃ
কেবলকুস্তকঃ প্রাণায়াম ইত্যয়মুক্তঃ ॥ ৭৩ ॥

কুস্তকে কেবলে সিদ্ধে রেচপূরকবর্জিতে ।

ন তস্মা দুর্লভং কিঞ্চিৎ ত্রিষু লোকেষু বিদ্যতে ॥ ৭৪ ॥

শক্তঃ কেবলকুস্তেন যথেষ্টং বায়ুধারণং ।

রাজযোগপদঞ্চাপি লভতে নাত্র সংশয়ঃ ॥ ৭৫ ॥

কুস্তকাং কুণ্ডলীবোধঃ কুণ্ডলীবোধতো ভবেৎ ।

অনর্গল। অসুখ। চ হঠমিচ্ছিচ্চ জায়তে ॥ ৭৬ ॥

হঠং বিনা রাজযোগো রাজযোগঃ বিনা হঠঃ ।

ন সিদ্ধ্যতি ততো যুগ্মানিষ্পত্তেঃ সমভাসেৎ ॥ ৭৭ ॥

কেবলং প্রশংসতি । কেবল ইতি । রেচো বেচকঃ বেচশ্চ পূরকশ্চ বেচপূরকৌ তাভ্যাং বর্জিতে রহিতে কেবলে কুস্তকে সিদ্ধে সতি । তস্মা যোগিনস্ত্রিষু লোকেষু দুর্লভং দুস্প্রাপং কিঞ্চিৎ কিমপি যথেষ্টং যথেষ্টং বায়ো-
ধারণং বাপি ন বিদ্যতে তস্মা সর্বং স্থলভমিত্যর্থঃ ॥ ৭৪ ॥

শক্ত ইতি । কেবলকুস্তকেন কুস্তকাভ্যাসেন শক্তঃ সমর্থো যথেষ্টং যথেষ্টং
বায়োধারণং তস্মাদ্ বায়ুধারণং । রাজযোগপদং রাজযোগাশ্রয়কং পদং লভতে ।
অত্র সংশয়ো ন । নিশ্চিতমেতদিত্যর্থঃ ॥ ৭৫ ॥

কুস্তকাভ্যাসস্ত পরম্পরয়া কৈবল্যহেতুত্বমাহ কুস্তকাদিতি । কুস্তকাং
কুস্তকাভ্যাসাং । কুণ্ডল্যাধারশক্তিস্তস্মা বোধো নিদ্রাভঙ্গো ভবেৎ । কুণ্ডল্যা
বোধঃ কুণ্ডলীবোধস্তস্মাং কুণ্ডলীবোধতঃ । অসুখানাড্যানর্গলা কফাদ্যর্গলরহিতা
ভবেৎ । হঠস্ত হঠাভ্যাসস্ত সিদ্ধিঃ প্রত্যাহারাদিপরম্পরয়া কৈবল্যরূপা
সিদ্ধিজায়তে ॥ ৭৬ ॥

হঠযোগরাজযোগসাধনয়োঃ পরম্পরোপকার্যোপকারকত্বমাহ । হঠং
বিনেতি । হঠং হঠযোগং বিনা রাজযোগঃ ন সিদ্ধ্যতি রাজযোগং বিনা
হঠো ন সিদ্ধ্যতি ততোহন্যতরস্ত সিদ্ধির্নাস্তি তস্মাং নিষ্পত্তিং রাজযোগ-
সিদ্ধিমামর্ঘ্যাদীকৃত্য বা নিষ্পত্তিস্তস্মা রাজযোগসিদ্ধিপর্যন্তং যুগ্মং হঠ-
যোগরাজযোগদ্বয়মভ্যাসেদনুষ্ঠিচ্চ । হঠাতিরিক্তে সাক্ষাৎ পরম্পরয়া বা রাজ-

কুস্তকপ্রাণরোধান্তে কুৰ্য্যচ্চিত্তং নিরাশ্রয়ম্ ।

এবমভ্যানয়োগেন রাজযোগপদং ব্রজেৎ ॥ ৭৮ ॥

বপুঃ কৃশত্বং বদনে প্রসন্নতা নাদক্ষুটত্বং নয়নে স্তনির্ম্মলে ।

অরোগতা বিন্দুঙ্গয়োহগ্নিদীপনং নাড়ীবিভুক্তিহৃষ্টযোগ-
লক্ষণম্ ॥ ৭৯ ॥

ইতি সহজানন্দমন্তানচিন্তামনিষাভ্যারামযোগীন্দ্রবিরচিতায়াং
ইষ্টপ্রদীপিকায়াং দ্বিতীয়োপদেশঃ ॥ ২ ॥

যোগসাধনেহত্র রাজযোগশব্দঃ । জীবনসাধনে লাস্তলে জীবনশব্দপ্রয়োগবৎ ।
রাজযোগসাধনং চতুর্থোপদেশে বক্ষ্যমাণমুন্মদীশান্তবী মুদাদিরূপমরো-
দ্ধানুভূতাবৃত্তং পঞ্চদশাস্বরূপং দশাস্বরূপং চ বাক্যমুদায়মুক্তং দৃশ্যাবুদ্ধি-
দিরূপং চ ॥ ৭৭ ॥

হঠাভ্যাসাদ্রাজযোগপ্রাপ্তিপ্রকাবমাহ । কুস্তকেতি । কুস্তকেন প্রাণশ্র-
যো রোধস্তন্মাত্রে মধ্যে চিত্তমন্তঃকরণং নিরাশ্রয়ং কুৰ্য্যাত্ । সংপ্রস্রাত-
সমার্ধো জাতায়াং ব্রহ্মকান্দ্বিত্যেঃ পবং বৈরাগ্যেণ বিলয়ং কুৰ্য্যাদিত্যর্থঃ ।
এবমুক্তরীত্যাভ্যাসস্ত যোগো যুক্তিস্তেন । যোগঃ সংহননোপায়ধানমঙ্গতি
যুক্তিষিতি কোষঃ । রাজযোগপদং রাজযোগাস্ত্রকং পদং ব্রজেৎ প্রাপ্নু-
য়াৎ ॥ ৭৮ ॥

হঠসিদ্ধজ্ঞাপকমাহ । বপুঃকৃশত্বমিতি । বপুঃ দেহস্ত কৃশত্বং কাশ্যং ।
বদনে মুখে প্রসন্নতা প্রসাদঃ । নাদস্ত ধ্বনেঃ ক্ষুটত্বং প্রাকট্যং । নয়নে নেত্রে
মুটু নির্ম্মলে । অরোগস্ত ভাবোহরোগতা আবোগ্যং বিন্দোদ্ধিতোজ্জ্বলঃ ক্ষয়া-
ভাবরূপঃ অগ্নের্দৈর্ঘ্যস্ত দীপনং দীপ্তিনাড়ীনাম্ বিশেষেণ শুদ্ধিস্বলাপগমঃ ।
এতচ্ছ হঠাভ্যাসসিদ্ধেৰ্ভাবিন্যা লক্ষ্যতেহনেনেতি লক্ষণং ॥ ৭৯ ॥

ইতি শ্রীইষ্টপ্রদীপিকাব্যাখ্যায়াং জ্যোৎস্নাভিধায়াং ব্রহ্মানন্দকৃতীয়াং দ্বিতী-
য়োপদেশঃ ।

সেনাতব - ৫৩৩
ভূতীয়োপদেশঃ

হঠপ্রদীপিকা ।

ভূতীয়োপদেশঃ ।

সশৈলবনধাত্রীণাং যথাধারোহহিনায়কঃ ।
সর্কেষ্যাং যোগতন্ত্রাণাং তথাধারো হি কুণ্ডলী ॥ ১ ॥
সুপ্তা গুরুপ্রসাদেন যদা জাগর্তি কুণ্ডলী ।
তদা সর্কাণি পদ্মানি ভিধ্যন্তে গ্রন্থয়োহপি চ ॥ ২ ॥
প্রাণস্ত শূন্যপদবী তদা রাজপথায়তে ।
তদা চিত্তং নিরালম্বং তদা কালস্ত বঞ্চনম্ ॥ ৩ ॥

অথকুণ্ডল্যাঃ সর্কেষোগাশ্রয়ত্বমাহ সশৈলেতি । শৈলাশ্চ বনানি চ
শৈলবনানি তৈঃ সহ বর্তমানাঃ সশৈলবনান্তাশ্চ তা ধাত্র্যাশ্চ ভূময়স্তাসাং ।
ধাত্র্যা একত্বেহপি দেশভেদাদ্ভেদমাদায় বহুবচনং । অহীনাং সর্পাণাং নায়কো
নেতা অহিনায়কঃ শেষো যথা যদ্বদাধার আশ্রয়স্তথা তদ্বং । সর্কেষ্যাং যোগস্ত
তন্ত্রাণি যোগতন্ত্রাণি যোগোপায়ান্তেষাং কুণ্ডল্যাধারশক্তিরাগ্রয়ঃ । কুণ্ডলী-
বোধং বিনা সর্কেষোগোপায়ানাং বৈষয়্যাদিতি ভাবঃ ॥ ১ ॥

কুণ্ডলীবোধস্ত ফলমাহ দ্বাভ্যাং সুপ্তেতি । সুপ্তা কুণ্ডলী গুরোঃ প্রসা-
দেন যদা জাগর্তি বুধ্যতে তদা সর্কাণি পদ্মানি ষট্চক্রাণি ভিধ্যন্তে ভিন্নানি
ভবন্তি । গ্রন্থয়োহপি চ ব্রহ্মগ্রন্থি-বিষ্ণুগ্রন্থি-রুদ্রগ্রন্থয়ো ভিধ্যন্তে ভেদং
প্রাপ্নুবন্তীত্যম্বয়ঃ ॥ ২ ॥

প্রাণস্তেতি তদা শূন্যপদবী সুব্রূয়া প্রাণস্ত বায়োঃ রাজ্ঞাং পশ্চা রাজপথং
রাজপথমিবাচরতি রাজপথায়তে রাজমার্গায়তে । সুখেন গমনসম্ভবাং । তদা
চিত্তমালম্বনমাত্রয়স্তস্মান্নির্গতং নিরালম্বং নির্কিষয়ং ভবতি । তদা কালস্ত
মৃত্যোর্ককনং প্রতারণং ভবতি ॥ ৩ ॥

সুষুম্না শূন্যপদবী ব্রহ্মরক্ষুং মহাপথঃ ।
 শ্মশানং শাস্ত্রবী মধ্যমার্গশ্চেত্যেকবাচকাঃ ॥ ৪ ॥
 তস্মাৎ সৰ্ব্বপ্রযত্নেন প্রবোধয়িতুমীশ্বরীম্ ।
 ব্রহ্মদ্বারমুখে স্পৃষ্টাং মুদ্রাভ্যাসং সমাচরেৎ ॥ ৫ ॥
 মহামুদ্রা মহাবন্ধো মহাবেদশ্চ খেচরী ।
 উড্যানং মূলবন্ধশ্চ বন্ধো জালন্ধরাভিধঃ ।
 করণী বিপরীতাখ্যা বজ্রোলা শক্তিচালনম্ ॥ ৬ ॥
 ইদং হি মুদ্রাদশকং জরামরণনাশনং ॥ ৭ ॥
 আদিনাথোদিতং দিব্যমষ্টৈশ্বর্যপ্রদায়কম্ ।
 বল্লভং সৰ্ব্বসিদ্ধানাং দুর্লভং মরুতামপি ॥ ৮ ॥

সুষুম্নাপৰ্যায়ানাহ সুষ্মেতি । ইত্যুক্তাঃ শব্দা একস্ত একার্থস্ত বাচকাঃ
 একবাচকাঃ, পর্যায় ইত্যর্থঃ । স্পৃষ্টঃ শ্লোকার্থঃ ॥ ৪ ॥

তস্মাদিতি । যস্মাৎ কুণ্ডলীবোধেনৈব ঘটক্রতেদাদিকং ভবতি তস্মাৎ
 সৰ্ব্বপ্রযত্নেন সৰ্ব্বেণ প্রযত্নেন ব্রহ্ম সচ্চিদানন্দলক্ষণং তস্ত দ্বারং প্রাপ্তুংপায়ঃ
 সুষুম্না তস্তা যুগ্মেইগ্রভাগে মুখেন সুষুম্নাদ্বারং পিধায় স্পৃষ্টামীশ্বরীং কুণ্ডলীং
 প্রবোধয়িতুং প্রকর্ষণেণ বোধয়িতুং মুদ্রাণাং মহামুদ্রাদীনামভ্যাসমাবৃতিং সমা-
 চরেৎ সম্যগাচরেৎ ॥ ৫ ॥

মুদ্রা উদ্दिशति মহামুদ্রেত্যাদিনা সাক্ষিন । সাক্ষার্থঃ স্পৃষ্টঃ ॥ ৬ ॥

মুদ্রাফলমাহ সাক্ষিদ্বাভ্যাস ইদমিতি । ইদমুক্তং মুদ্রাণাং দশকং জরা চ
 মরণঞ্চ জরামরণে তয়োর্নাশনং নিবারকম্ ॥ ৭ ॥

আদিনাথেন শঙ্কুনোদিতং কথিতং দিবিভবং দিব্যমুত্তমম্ অষ্টৌ চ তা-
 নৈশ্বর্যাণি চাষ্টৈশ্বর্যাণি অণিমামহিমাগরিমালম্বিমা প্রাপ্তিপ্রীকাম্যোশিতাব-
 শিতাখ্যানি । তত্রাণিমা সংকল্পমাত্রেন প্রকৃত্যপগমে পরমাণুবদেহস্ত হৃদয়তা
 ১। মহিমা প্রকৃত্যপূরণাকাশাদিবহ্নহ্রদাবঃ । ২। গরিমা লঘুতরম্বাপি

গোপনীয়ং প্রযত্নেন যথা রত্নকরগুণম্ ।

কস্মাচ্চিন্মৈব বক্তব্যং কুলস্ত্রীস্বরতং যথা ॥ ৯ ॥

অথ মহামুদ্রা ।

পাদমূলেণ বামেন যোনিং সংপীড়্য দক্ষিণং ।

প্রসারিতং পদং কৃত্বা করাভ্যাং ধারয়েদ্দৃঢ়ম্ ।

কণ্ঠে বন্ধং সমারোপ্য ধারয়েদ্যমুর্দ্ধতঃ ॥ ১০ ॥

ভূলাদেঃ পর্বতাদিবদগুরুভাবঃ । ৩ । লঘিমা গুরুতরশ্চাপি পর্বতাদেস্তূলা-
দিবল্লঘুভাবঃ । ৪ । প্রাপ্তিঃ সর্বভাবসামিধ্যং । যথা ভূমিস্থ এবাস্থল্যাগ্রেণ
স্পৃশতি চন্দ্রমসং । ৫ । প্রাকাম্যমিচ্ছানভিষাতঃ । যথা উদক ইব ভূমৌ
নিমজ্জ্যত্মমজ্জতি চ । ৬ । ঐশিতা ভূতভৌতিকানাং প্রভাবাপায়সংস্থান-
বিশেষসামার্থ্যং । ৭ । বশিত্বং ভূতভৌতিকানাং স্বাধীনকরণং । ৮ । তেষাং
প্রদায়কং প্রাকর্ষণে দদাতীতি চ তথা হং সর্বৈ চ তে সিদ্ধাশ্চ কপিলাদয়স্তেষাং
বল্লভং প্রিয়ং মরুতাং দেবানামপি দুর্লভং হৃস্প্রাপং কিমুতান্যেযামিত্যর্থঃ ॥ ৮ ॥

গোপনীয়মিতি । প্রযত্নেন প্ররুঞ্জন যত্নেন গোপনীয়ং । গোপনীয়ত্বে
দৃষ্টান্তমাহ যথেন্তি । রহানাং হীরকাদীনাং করগুণং রত্নকরগুণং যথা যেন প্রকা-
রেণ গোপ্যতে তদ্বং । কস্মাপি জনমাত্রস্ত । যদ্বা কস্মাপি ব্রহ্মণোহপি নৈব
বক্তব্যং নৈব বাচ্যং কিমুতাত্মস্ত । তত্র দৃষ্টান্তঃ কুলস্ত্রীঃ স্বরতং কুলস্ত্রীস্বরতং
সঙ্গমনং যথা যদ্বং ॥ ৯ ॥

মুদ্রাদিষু প্রথমেদ্বিষ্টত্বেন মহামুদ্রাং তাবদাহ পাদমূলেনেতি । বামেন
সব্যেন পাদস্ত মূলং পাদমূলং পাঞ্চিস্তেন পাদমূলেণ বামপাদপাঞ্চিনৈত্যর্থঃ ।
যোনিং যোনিস্থানং শুদমেত্ৰয়োর্মধ্যভাগং সংপীড়্যাকৃতিবামপাদপাঞ্চিনা
যোনিস্থানং দৃঢ়ং সংযোজ্যত্যর্থঃ । দক্ষিণং সব্যেতরং পদং চরণং প্রসা-
বিতং ভূমিসংলগ্নপাঞ্চিকমুর্দ্ধাস্থলিকং দণ্ডবৎ কৃত্বা করাভ্যাং সংপ্রদায়াদাকৃ-
তকিতকরতজ্জনীভ্যাং দৃঢ়ং গাঢ়ং ধারয়েদমুষ্ঠপ্রদেশে গৃহীয়াৎ । কণ্ঠে কণ্ঠদেশে

যথা দগুহতঃ সর্পো দণ্ডাকারঃ প্রজায়তে ।

ঋজীভূতা তথা শক্তিঃ কুণ্ডলী সহসা ভবেৎ ॥ ১১ ॥

তদা সা মরণাবস্থা জায়তে দ্বিপুটাশ্রয়া ॥ ১২ ॥

ততঃ শনৈঃ শনৈরোর রেচয়েন্মৈব বেগতঃ ।

ইয়ং খলু মহামুদ্রা মহানিষ্কৈঃ প্রদর্শিতা ॥ ১৩ ॥

মহাক্লেশাদয়ো দোষাঃ ক্ষীয়ন্তে মরণাদয়ঃ ।

মহামুদ্রাঞ্চ তেনৈব বদন্তি বিবুধোত্তমাঃ ॥ ১৪ ॥

বন্ধনং সম্যগাবোপ্য কৃত্বা জালন্ধববন্ধং কৃত্বৈত্যর্থঃ । বায়ুং পবনযুক্তত উপরি
সুসুম্নায়াং ধারয়েৎ । অনেন মূলবন্ধঃ স্থচিতঃ । স তু যোনিসংপীড়নেন
জিহ্বাবন্ধনেন চরিতার্থ ইতি সাম্প্রদায়িকাঃ ॥ ১০ ॥

যথা দণ্ডেন হতস্তাড়িতো দগুহতঃ সর্পঃ কুণ্ডলী দণ্ডাকারঃ দগুস্তাকার
ইবাকারো যন্ত স তাদৃশঃ । দণ্ডাকারং ত্যক্ত্বা সরল ইত্যর্থঃ । প্রকর্ষণে জা-
য়তে ভবতি । তথা কুণ্ডল্যাধারশক্তিঃ সহসা শীঘ্রমেব । ঋজী সংপদ্যতে
তথাভূতা ঋজীভূতা সরলা ভবেৎ ॥ ১১ ॥

তদাসেতি । দ্বিপুটে ইড়াপিঙ্গলে আশ্রয়ো যন্তাঃ সা মরণাবস্থা জায়তে ।
কুণ্ডলীবোধে সতি সুসুম্নায়াং প্রবিষ্টে প্রাণে দ্বয়োঃ প্রাণবিয়োগাৎ ॥ ১২ ॥

ততস্তদনন্তরং শনৈঃ শনৈরোর রেচয়েৎ । বায়ুমিতি সম্বধ্যতে । বেগতস্ত
বেগান্ন রেচয়েৎ । বেগতো রেচনে বলহানিপ্রসঙ্গাৎ । খন্তিতি বাক্যালঙ্কারে ।
ইয়ং মহামুদ্রা মহানিষ্কৈরাদিনাথাপিভিঃ প্রদর্শিতা প্রকর্ষণে দর্শিতা ॥ ১৩ ॥

মহামুদ্রায়া অর্থমাহ । মহান্তঃ চ তে ক্লেশাঃ মহাক্লেশা অবিদ্যাস্মিতা-
রাগদ্বेषাভিনিবেশাঃ পঞ্চ ত আদয়ো যেষাং তে তৎকার্য্যগাং শোকমোহা-
দীনাং তে দোষাঃ ক্ষীয়ন্তে । মরণমাদির্ঘেষাং জরাদীনাং তেহপি চ ক্ষীয়ন্তে
নশন্তি । যতন্তেনৈব হেতুনা বিশিষ্টা বুধা বিবুধাস্তে সূতমা বিবুধোত্তমা মহা-
মুদ্রাং বদন্তি । মহাক্লেশান্ মরণাদীংশ্চ দোষান্ মুদ্রয়তি শময়তীতি মহা-
মুদ্রেতি ব্যুৎপত্তেরিত্যর্থঃ ॥ ১৪ ॥

চন্দ্রাঙ্গে তু সমভ্যশ্চ সূর্যাঙ্গে পুনরভ্যসেৎ ।

যাবৎতুল্যা ভবেৎ সংখ্যা ততো মুদ্রাং বিসর্জয়েৎ ॥১৫॥

নহি পথ্যমপথ্যং বা রসাঃ সর্কেহপি নীরসাঃ ।

অপি ভুক্তং বিষং ঘোরং পীযুষমিব জীৰ্য্যতি ॥ ১৬ ॥

ক্ষয়কুষ্ঠগুদাবর্তগুণ্মাজীর্ণপুরোগমাঃ ।

তশ্চ দোষাঃ ক্ষয়ং যান্তি মহামুদ্রাস্ত যোহভ্যসেৎ ॥১৭॥

মহামুদ্রাভ্যাসমাহ চন্দ্রাঙ্গ ইতি । চন্দ্রেণ চন্দ্রনাড্যোপলক্ষিতমঙ্গং চন্দ্রা-
ঙ্গং তস্মিন্ চন্দ্রাঙ্গে বামাঙ্গে । তু শব্দঃ পাদপূরণে । সম্যগভ্যশ্চ সূর্যাঙ্গে পিঙ্গ-
লয়োপলক্ষিতমঙ্গং সূর্যাঙ্গে তস্মিন্ সূর্যাঙ্গে দক্ষাঙ্গে পুনর্কীর্মাঙ্গাভ্যাসানন্তরং
যাবৎ যাবৎকালপর্য্যন্তং তুল্যা বামাঙ্গে কুস্তকাভ্যাসসংখ্যাসমা সংখ্যা ভবেৎ
তাবদভ্যসেৎ । ততঃ সংখ্যাসাম্যানন্তরং মুদ্রাং মহামুদ্রাং বিসর্জয়েৎ ।
অত্রায়াং ক্রমঃ । আকুতিবামপাদপাকি' যোনিস্থানে সংযোজ্য প্রসারিত-
দক্ষিণপাদাঙ্গুষ্ঠমাকুতিতর্জ্জনীভ্যাং গৃহীত্বাভ্যাসঃ বামাঙ্গেভ্যাসঃ । অশ্মিন্ন-
ভ্যাসে পুৰিতো বায়ুর্কীর্মাঙ্গে তিষ্ঠতি । আকুতিদক্ষপাদপাকি' যোনিস্থানে
সংযোজ্য প্রসারিতবামপাদাঙ্গুষ্ঠমাকুতিতর্জ্জনীভ্যাং গৃহীত্বাভ্যাসো দক্ষা-
ঙ্গেভ্যাসঃ । অশ্মিন্নভ্যাসে পুৰিতো বায়ুর্দক্ষাঙ্গে তিষ্ঠতি ॥ ১৫ ॥

মহামুদ্রাগুণানাহ ত্রিভিঃ নহি ইতি । হি যস্মান্ মহামুদ্রাভ্যাসিন
ইত্যধ্যাহারঃ । পথ্যমপথ্যং বা ন । পথ্যাপথ্যবিচারো নাস্তীত্যর্থঃ । তস্মাৎ
সর্কে ভুক্তা রসাঃ কটুন্নাদয়ো জীৰ্য্যন্ত ইতি বিভক্তিবিপরিণামেনাধঃ ।
নীংসাঃ নির্গতো রসো চেভ্যস্তে যাতয়ামাঃ পদার্থা জীৰ্য্যন্তে । ঘোরমিতি
দুর্জরং ভুক্তমন্নং বিষং ক্ষেড়মপি পীযুষমিবামৃতমিব জীৰ্য্যতি জীর্ণং ভবতি ।
কিমুতান্যদिति ভাবঃ ॥ ১৬ ॥

যঃ পুমান্ মহামুদ্রামভ্যসেৎ তশ্চ ক্ষয়ো রাজরোগঃ কুষ্ঠগুদাবর্তগুণ্মা রোগ-
বিশেষাঃ । অজীর্ণং ভুক্তান্নাপরিপাকস্থানি পুরোগমান্যগ্রসবাণি যেষাং
মহোদরজ্বরাদীনাং তথা তাদৃশা দোষা দোষজনিতা রোগাঃ ক্ষয়ং নাশং যান্তি
প্রাপবন্তি ॥ ১৭ ॥

কথিতেয়ং মহামুদ্রা মহাগিদ্ধিকরী নৃণাম্ ।
 গোপনীয়া প্রযত্নেন ন দেয়া যস্য কস্তচিৎ ॥ ১৮ ॥
 পাঞ্চিৎ বামস্ত্র পাদস্ত্র যোনিস্থানে নিয়োজয়েৎ ।
 বামোন্নপরি সংস্থাপ্য দক্ষিণং চরণং তথা ॥ ১৯ ॥
 পূরয়িত্বা ততো বায়ুং হৃদয়ে চিবুকং দৃঢ়ম্ ।
 নিষ্পীড়্য যোনিমাকূক্ষ্য মনো মধ্য নিয়োজয়েৎ ॥ ২০ ॥
 ধারয়িত্বা যথাশক্তি রেচয়েদনিলং শনৈঃ ।
 সব্যাঙ্গে তু সমভ্যস্ত্র দক্ষাঙ্গে পুনরভ্যাসেৎ ॥ ২১ ॥

মহামুদ্রাম্পসংহরন্ তস্তা গোপ্যত্বমাহ কথিতেতি । ইয়মেবা মহামুদ্রা
 কথিতোক্তা । ময়েতি শেষঃ । কীদৃশী নৃগামভ্যসতাং নরাণাং মহত্যাচ তাঃ
 সিদ্ধয়শ্চাণিমাধ্যাস্তাসাং করী কর্ত্রীয়াং । প্রকৃষ্টো যত্নঃ প্রযত্নস্তেন প্রযত্নেন
 গোপনীয়া গোপনার্হা যস্য কস্তচিৎ যস্য কস্তাপি অনধিকারিণোহসম্বন্ধস্ত ।
 সামান্যে ষষ্ঠী । ন দেয়া দাতুং যোগ্যা ন ভবতীত্যর্থঃ ॥ ১৮ ॥

মহাবন্ধমাহ । পাঞ্চিমিতি । বামস্ত্র সব্যস্ত্র পাদস্ত্র চরণস্ত্র পাঞ্চিৎ
 গুল্ফয়োদধোভাগং । তদগ্রস্বীগুল্ফো পুমান্ পাঞ্চিস্ত্রয়োদধ ইত্যমরঃ ।
 যোনিস্থানে শুদমেট্রয়োদধোভাগে নিয়োজয়েৎ নিতরাং যোজয়েৎ । বামঃ
 সব্যো য উরুস্তম্ভোপরি দক্ষিণং চরণং পাদং সংস্থাপ্য সম্যক্ স্থাপয়িত্বা ।
 তথাশব্দঃ পাদপূরণে ॥ ১৯ ॥

পূরয়িত্বেতি । ততস্তদনন্তরং বায়ুং পূরয়িত্বা হৃদয়ে চিবুকং দৃঢ়ং নিষ্পীড়্য
 গাতুং সংস্থাপ্য । এতেন জালন্ধরবন্ধঃ প্রোক্তঃ । যোনিং শুদমেট্রয়োদধো-
 রালমাকূক্ষ্য । অনেন মূলবন্ধঃ সূচিতঃ । স তু জিহ্বাবন্ধেন গতাশ্রয়ত্যাং ন
 কণ্ঠবঃ । মনঃ স্বাস্ত্রং মধ্য মধ্যনাড়্যাং নিয়োজয়েৎ প্রবর্তয়েৎ ॥ ২০ ॥

ধারয়িত্বেতি । শক্তিমনতিক্রম্য যথাশক্তি ধারয়িত্বা কুন্তরিত্বা শনৈর্শূলদং
 মন্দং অনিলং বায়ুং রেচয়েৎ । সব্যাঙ্গে বামাঙ্গে সমভ্যস্য সম্যগাবর্ত্য
 দক্ষাঙ্গে দক্ষিণাঙ্গে পুনর্বাণং তুল্যামেব সংখ্যাং তাবদভ্যাসেৎ ॥ ২১ ॥

মতমত্র তু কেষাঙ্কিং কণ্ঠবন্ধং বিবৰ্জ্জয়েৎ ;

রাজদন্তস্থজিহ্বায়া বন্ধঃ শস্তো ভবেদাতি ॥ ২২ ॥

অয়ং তু সৰ্ঙ্গনাড়ীনাং মুৰ্দ্ধং গতিনিরোধকঃ ॥ ২৩ ॥

অয়ং খলু মহাবন্ধো মহাসিদ্ধিপ্রদায়কঃ ।

কালপাশমহাবন্ধবিমোচনবিচক্ষণঃ ।

ত্রিবেণীসঙ্গমং ধত্তে কেদারং প্রাপ্যৈশ্বর্যমঃ ॥ ২৪ ॥

অথ জালন্ধরবন্ধে কণ্ঠসঙ্কোচস্তান্মুপযোগমাহ মতমিতি । কেষাঙ্কিহ্মা-
চার্য্যণামিদং মতং । কিং তদিত্যাহ । অত্র জালন্ধরবন্ধে কণ্ঠস্থ বন্ধনং
বন্ধঃ সঙ্কোচস্তং বিবৰ্জ্জয়েদ্বিশেষেণ বৰ্জ্জয়েৎ । কুতঃ যতো দন্তানাং
রাজানো দন্তরাজানো রাজদন্তা রাজদন্তেষু তিষ্ঠন্তীতি রাজদন্তস্থা রাজদন্তস্থা
চামৌ জিহ্বা চ তস্তাং রাজদন্তস্থজিহ্বায়াং বন্ধস্তদুপরিভাগস্থ সন্ধঃ শস্তঃ ।
কণ্ঠাকুণ্ডনাপেক্ষয়া প্রশস্তো ভবেদিতি হেতো ॥ ২২ ॥

অয়ং ত্বিতি । অয়ং তু রাজদন্তস্থজিহ্বায়াং বন্ধস্ত সৰ্ঙ্গনাচ তানাড়্য-
সৰ্ঙ্গনাড়্যো দ্বাসপ্ততিসহস্রসংখ্যকাস্তাসাং সূক্ষ্মাতিরিক্তানামূৰ্দ্ধমুপরি বায়ো-
গতিরুদ্ধগতিস্তস্থা নিরোধকঃ প্রতিবন্ধকঃ । এতেন বধ্নাতি হি শিরাজালমিতি
জালন্ধরোক্তং ফলমেনেনৈব সিদ্ধ্যতীতি সূচিতং ॥ ২৩ ॥

মহাবন্ধস্য ফলমাহ অয়ং ত্বিতি । অয়মুক্তঃ খলু প্রশিক্ষঃ মহাসিদ্ধী-
প্রকর্ষণে দদাতীতি তথা । কালস্য মৃত্যোঃ পাশো বাণ্ডরা তেন যো মহাবন্ধো
বন্ধনং তস্য বিশেষেণ মোচনে মোক্ষণে বিচক্ষণঃ প্রবীণঃ । তিস্রাণাং নদীনাং
বেণী সঙ্গমায়ঃ স এব সঙ্গমঃ প্রয়াগস্তং ধত্তে বিধত্তে । কেদারব্রহ্মোৰ্ম্মধ্যে
শিবস্থানং কেদারশঙ্কবাচ্যং তং মনঃ স্তান্তং প্রাপয়েৎ । গতিবুদ্ধীত্যাদিনা
অণৌ কৰ্ত্তৃর্ননগৌ নৌ কৰ্ম্মভং ॥ ২৪ ॥

রূপলাবণ্যসম্পন্ন। যথা স্ত্রী পুরুষং বিনা।

মহামুদ্রামহাবন্ধো নিষ্কলৌ বেদবর্জিতৌ ॥ ২৫ ॥

অথ মহাবেদঃ।

মহাবন্ধস্থিতো যোগী কৃত্ব পুরকমেকধীঃ।

বায়ুনাং গতিমাবৃত্য নিভৃতং কণ্ঠমুদ্রয়া ॥ ২৬ ॥

সমহস্তযুগো ভূমৌ ক্ষিচৌ সন্তাড়য়েচ্ছনৈঃ।

পুটদ্বয়মতিক্রম্য বায়ুঃ স্মরতি মধ্যগঃ ॥ ২৭ ॥

মহাবেদং বক্তুমানৌ তস্তোংকর্ষণং তাবদাহ রূপেতি। রূপং সৌন্দর্যং চক্ষুঃপ্রিয়ো গুণঃ। লাবণ্যং কাস্তিবিশেষঃ। তদ্বৃতং। মুক্তাকলেযু ছায়ায়া-স্তরলত্বমিবাস্তরং। প্রতিভাতি যদঙ্গেষু তল্লাবণ্যমিহোচ্যতে ইতি। তাভ্যাং সম্পন্না বিশিষ্টা স্ত্রী যুবতী পুরুষং ভর্তাবং বিনা যথা যাদুনী নিষ্কলা তথা মহ-মুদ্রা চ মহাবন্ধু চ তৌ মহাবেদেন বিনাপি। প্রত্যয়পূর্বোত্তরপদয়োর্লোপো বক্তব্য ইতি ভাষ্যকারোক্তেন্নহচ্ছদল লোপঃ। বর্জিতৌ রহিতৌ নিষ্কলৌ ব্যর্থ্যাবিত্যর্থঃ ॥ ২৫ ॥

মহাবেদমাহ। মহাবন্ধেতি। মহাবন্ধে মহাবন্ধমুদ্রায়াং স্থিতো মহা-বন্ধস্থিতঃ একা একাগ্রা ধীর্ষস্ত স একাগ্রধীর্ধোগী ষোণাভ্যাসী পুরকং নাসা-পুটাভ্যাং বায়োগ্রহণং কৃত্ব। কণ্ঠে মুদ্রা কণ্ঠমুদ্রা তয়া জালন্ধরমুদ্রয়া বায়ুনাং প্রাণ দীনাং গতিমুক্তাধোগমনাদিরূপাং নিভৃতং নিশ্চলং যথা ভবতি তথাবৃত্য নিরুধ্য কুস্তকং কৃত্তেত্যর্থঃ ॥ ২৬ ॥

সমহস্তেতি। ভূমৌ ভূমি হস্তয়োৰ্ধ্বগং হস্তযুগং সমং হস্তযুগং যস্ত স সমহস্তযুগঃ ভূমিসংলগ্নতলৌ সরলৌ হস্তৌ যস্ত স তাদৃশঃ সন্নিত্যর্থঃ। ক্ষিচৌ কটিপ্রোধৌ। স্ত্রিয়াং ক্ষিচৌ কটিপ্রোধাবিত্যমরঃ। ভূমিসংলগ্নতলয়োইন্ত-যোরবলশ্বনেন যোনিস্থানসংলগ্নপাশিনা বামপাদেন সহ ভূমেঃ কিকিছুথাপিতৌ শনৈর্শ্লক্ষং সংতাড়য়েৎ সম্যক্ তাড়য়েৎ। ভূমাবেব পুটয়োদ্বয়মিড়াপিঙ্গল-যোৰ্ধ্ব শ্লমতিক্রম্যোন্নল্য মধ্যে স্মৃন্মামধ্যে গচ্ছতীতি মধ্যগো বায়ুঃ স্মরতি ॥ ২৭ ॥

সোমসূর্য্যাগ্নিসম্বন্ধো জায়তে চামৃতায় টৈব ।
 মৃতাবস্থা সমুৎপন্নাত্তো বায়ুং বিবেচয়েৎ ॥ ২৮ ॥
 মহাবেদোহয়মভ্যাসান্ মহাসিদ্ধিপ্রদায়কঃ ।
 বলীপলিতবেপন্নঃ সেব্যতে সাধকোত্তমৈঃ ॥ ২৯ ॥
 এতৎ ত্রয়ং মহাগুহ্যং জরায়ুত্যাগিনাশনম্ ।
 বহির্নৃদ্ধিকরকৈব হুগিমাদিগুণপ্রদম্ ॥ ৩০ ॥
 অষ্টধা ক্রিয়তে চৈব যামে যামে দিনে দিনে ।
 পুণ্যসম্ভারসন্ধায় পাপৌষতিভুরং মদা ।

সোমশ্চ সূর্য্যশ্চাগ্নিশ্চ সোমসূর্য্যায়নঃ সোমসূর্য্যায়নশ্চৈকসুদধিষ্ঠিতা নাড়্যঃ
 ইড়াপিঙ্গলাহুয্যা গ্রাহ্যাস্তেমাং সম্বন্ধঃ । তদ্বাসুসম্বন্ধাং তেষাং সম্বন্ধঃ । অমৃ-
 তায় মোক্ষায় জায়তে । ১ ইতি নিশ্চয়েহব্যয়ং । মৃতস্য প্রাণবিযুক্তস্তাবস্থা
 মৃতাবস্থা সমুৎপন্নাত্তো ভবতি । ইড়াপিঙ্গলয়োঃ প্রাণসংসারভাবাৎ । ততস্তদ-
 নন্তরং বায়ুং বিবেচয়েৎ নাসিকাপুটভ্যাং শনৈস্ত্যজেৎ ॥ ২৮ ॥

মহাবেদ ইতি । অয়ং মহাবেদোহভ্যাসাৎ পুনঃপুনরাবর্তনামহাসিদ্ধি-
 য়োহুগিমাধ্যাত্মায়াং প্রদায়কঃ প্রকর্ষণে সমর্থকঃ । বলী জবয়া চর্ম্মসঙ্ঘোচঃ
 পলিতং জরসা কেশৈশ্চ শৌক্যং বেগঃ কম্পস্তান্ হস্তীতি বলীপলিতবেপন্নঃ
 অতএব সাধকেষভ্যাসিষূক্তমাঃ সাধকোত্তমাস্তৈঃ সেব্যতেহদ্যন্ত ইত্যর্থঃ ॥ ২৯ ॥

মহামুদ্রাদীনাং তিৎপামতিগোপ্যত্বমাহ এতদिति । এতৎ ত্রয়ং মহা-
 মুদ্রাদিত্রয়ং মহাগুহ্যমতিরহস্যং । অত্র হেতুগুর্ভাগি বিশেষণানি । হি যম্মা-
 ক্ষ্যং বার্ককং মৃত্যুশ্চবমঃ প্রাণদেহবিরোগঃ তয়োর্কিশেষেণ নাশনং বহুর্জ্জি-
 ঠরস্য বুদ্ধিদীপ্তিস্তত্ত্বাঃ করং কর্তৃ । অগিমা আদির্বেদাং তেহুগিমাদয়স্তে চ তে
 গুণাশ্চ তান্ প্রকর্ষণে দদাতীত্যগিমাদিগুণপ্রদং । চকার আরোগ্যবিন্দুজয়া-
 দিসমুচ্চয়ার্থঃ । এবশকৌহবধারণার্থঃ ॥ ৩০ ॥

সম্যকশিক্ষাবতামেবং স্বল্পং প্রথমসাদনম্ ॥ ৩১ ॥

অথ খেচরী ।

কপালকুহরে জিহ্বা প্রবিষ্টা বিপরীতগা ।

ভ্রুবোরন্তর্গতা দৃষ্টিমুদ্রা ভবতি খেচরী ॥ ৩২ ॥

ছেদনচালনদোহঃ কলাং ক্রমেণ বর্দ্ধয়েত্তাবৎ ।

সা যাবদ্ক্রমধ্যং স্পৃশতি তদা খেচরীসিদ্ধিঃ ॥ ৩৩ ॥

অর্থেতৎত্রয়স্ত পৃথক্ সাদনবিশেষমাহ তষ্টধেতি । ॥ দিনে দিনে প্রতিদিনং । যামে যামে প্রহরে প্রহরে পৌনঃপুন্যে দ্বির্বচনং । অষ্টভিঃ প্রকারৈরষ্টধা ক্রিয়তে । চ শব্দোহিবধারণে । এতৎত্রয়মিত্যত্রাপি সম্বন্ধ্যতে কীদৃশং পুণ্যস্ত সম্ভাব্যং সমুহস্তস্ত সন্ধায়ি বিধায়ি । পুনঃ কীদৃশং পাপানামোষঃ পূরঃ সমুহ ইতি যাবৎ । তস্ত ত্রিহুরং কুলিশমিব নাশনং সদা সর্কদা যদা-ভ্যস্তং তদৈব পাপনাশনং । সম্যক্ সম্প্রদায়িকী শিক্ষা গুরুপদেণো বিদ্যতে যেষাং তে তথা । এবং দিনে দিনে যামে যামেহষ্টধেভ্যুক্তরীত্যা পূর্বসাদনং দ্বগ্নস্বল্পমেব কার্য্যং ॥ ৩১ ॥

খেচরীং বিবক্ষুরাদৌ তৎস্বরূপমাহ কপালেতি । কপালে মূর্দ্ধি কুহরং হৃষিরং তথিন্ কপালকুহরে বিপরীতং প্রতীপং গচ্ছতীতি বিপরীতগা পরা-ঙমুখীভূতা জিহ্বা রসনা স্যাৎ । ভ্রুবোরন্তর্গতা ভ্রুবোর্মধ্যে প্রবিষ্টা দৃষ্টির্দর্শনং স্যাৎ । সা খেচরী মুদ্রা ভবতি । কপালকুহরে জিহ্বাপ্রবেশপূর্বকং ভ্রুবো-রন্তর্দর্শনং খেচরীতি লক্ষণং সিদ্ধং ॥ ৩২ ॥

খেচরীসিদ্ধিলক্ষণমাহ ছেদনেতি । ছেদনং অল্পপদমেব বক্ষ্যমাণং । চালনং হস্তয়োরস্পৃষ্ঠতর্জ্বনীভ্যাং রসনাং গৃহীত্বা সব্যাপসব্যতঃ পরিবর্তনং । দোহঃ করয়োরস্পৃষ্ঠতর্জ্বনীভ্যাং গোদোহনবং তদোহনং । তৈঃ কলাং জিহ্বাং তাবদর্কয়েদীর্ঘাং কুর্ঘ্যাৎ । তাবৎ ক্রিয়ং । যাবৎ সা কলা ক্রমধ্যং বহির্কর্বোর্মধ্যং স্পৃশতি যদা তদা খেচর্য্যঃ সিদ্ধিঃ খেচরীসিদ্ধির্ভবতি ॥ ৩৩ ॥

স্নু হীপত্রনিভং শস্ত্রং স্নুতীক্ষ্মং স্নিগ্ধনির্ম্মলং ।

সমাদায় ততস্তেন রোমমাত্রং সমুচ্ছিনেৎ ॥ ৩৪ ॥

ততঃ সৈন্ধবপথ্যভ্যাং চূর্ণিতাভ্যাং প্রষৰ্ষয়েৎ ।

পুনঃ সপ্তদিনে প্রাপ্তে রোমমাত্রং সমুচ্ছিনেৎ ॥ ৩৫ ॥

এবং ক্রমেণ যগ্মানং নিত্যং যুক্তঃ সমাচরেৎ ।

যগ্মাসাদ্ রসনামূলশিলাবন্ধঃ প্রণশ্যতি ॥ ৩৬ ॥

তৎসাধনমাহ স্নুহীতি । স্নুহী গুড়া তস্যঃ পত্রং দলং স্নুহী-
পত্রং সদৃশং স্নুহীপত্রনিভং স্নুতীক্ষ্মমতিতীক্ষ্মং স্নিগ্ধং চ তন্নির্ম্মলং চ
স্নিগ্ধনির্ম্মলং শস্ত্রং ছেদনসাধনম্ সমাদায় সমাগাদায় গৃহীত্বা ততঃ শস্ত্র-
গ্রহণানন্তরং তেন শস্ত্রেণ রোমপ্রমাণং রোমমাত্রং সমুচ্ছিনেৎ সম্যগুচ্ছিনে-
চ্ছিনেৎ । রসনামূলশিরামিতি কৰ্ম্মাধ্যাহারঃ । মিশ্রেণাপ্যথ সীহণ্ডো বজ্রধ্বঃ
স্নুক্ স্নুহী গুড়ৈতমরঃ ॥ ৩৪ ॥

ততঃ ছেদনানন্তরং চূর্ণিতাভ্যাং চূর্ণীকৃতভ্যাং সৈন্ধবং সিন্ধুদেশো-
ন্তবং লবণং পথ্যং হরীতকী তাভ্যাং প্রষৰ্ষয়েৎ প্রকর্ষণে ষৰ্ষয়েৎ । ছিন্নং
শিরাপ্রদেশং । সপ্তদিনপর্যন্তং ছেদনং সৈন্ধবপথ্যভ্যাং ষৰ্ষণং চ সায়াং-
প্রাতর্বিধেয়ং । যোগাভ্যাসিনো লবণনিষেধাং খদিরপথ্যচূর্ণং গৃহুস্তি মূলে
সৈন্ধবোক্তিস্ত হঠাভ্যাসাং পূৰ্ব্বং খেচরীসাধনাভিপ্রায়েণ । সপ্তান্যং দি-
নানাং সমাহারঃ সপ্তদিনং তস্মিন্ প্রাপ্তে গতে সতি অষ্টমে দিন ইত্যর্থাৎ ।
যে প্রাপ্ত্যর্থান্তে গত্যাঃ । পূৰ্ব্বং ছেদনাপেক্ষাধিকং রোমমাত্রং সমু-
চ্ছিনেৎ ॥ ৩৫ ॥

এবমিতি । এবং ক্রমেণ পূৰ্ব্বং রোমমাত্রচ্ছেদনং সপ্তদিনপর্যন্তং
গাবদেব সায়াংপ্রাতঃছেদনং ষৰ্ষণং চ । অষ্টমে দিনেধিকং ছেদন-
মু্যুক্তক্রমেণ যগ্মাসং যগ্মাসপর্যন্তং নিত্যযুক্তঃ সন্ সমাচরেৎ সমাগা-
বেৎ । ছেদনষৰ্ষণেতি কৰ্ম্মাধ্যাহারঃ । যগ্মাসাদনন্তরং রসনা জিহ্বা
স্যা মূলমধোভাগে রসনামূলং তত্র শিবা কপালকুহররসনাসংযোগে প্রতি-
ক্ষীকৃত্য নাড়ী তথা বন্ধো বন্ধনং প্রণশ্যতি প্রকর্ষণে নশ্যতি ॥ ৩৬ ॥

কলাং পরাঙ্গুখীং কৃত্বা ত্রিপথে পরিযোজয়েৎ ।

সা ভবেৎ খেচরী মুদ্রা ব্যোমচক্রং তদুচ্যতে ॥ ৩৭ ॥

রসনামূৰ্দ্ধগাং কৃত্বা ক্ষণাৰ্দ্ধপি তিষ্ঠতি ।

বিবৈৰ্বিমুচ্যতে যোগী ব্যাধিমৃত্যুজরাদিভিঃ ॥ ৩৮ ॥

ন রোগো মরণং তন্দ্রা ন নিদ্রা ন ক্ষুধা তৃষা ।

ন চ মূৰ্ছা ভবেৎ তস্য যো মুদ্রাং বেত্তি খেচরীম্ ॥ ৩৯ ॥

পীড়্যতে ন স রোগেন লিপ্যতে ন চ কৰ্ম্মণা ।

বাধাতে ন স কালেন যো মুদ্রাং বেত্তি খেচরীম্ ॥ ৪০ ॥

ছেদনাদিনা জিহ্বাবৃদ্ধৌ যৎ কৰ্ত্তব্যং তদাহ কলামিতি । কলাং জিহ্বাং
পবাঙ্গুখমায়াং যম্যাঃ সা তথা তাং পরাঙ্গুখীং প্রত্যঙ্গুখীং কৃত্বা
তিস্থগাং নাড়ীনাং গস্থাঃ ত্রিপথস্থমিহ ত্রিপথে কপালকুহরে পরিযোজয়েৎ
সংযোজয়েৎ । সা ত্রিপথে পরিযোজনরূপা খেচরীমুদ্রা তদ্ব্যোমচক্রমিত্যু-
চ্যতে । ব্যোমচক্রশঙ্কেনোচ্যতে ॥ ৩৭ ॥

অথ খেচরীগুণাঃ রসনামিতি । উৰ্দ্ধং তালুপবি বিবরং গচ্ছতীতি
তাং তাদৃশীং রসনাং জিহ্বাং কৃত্বা ক্ষণাৰ্দ্ধং ক্ষণস্য মুহূর্তস্য অৰ্দ্ধং ক্ষণাৰ্দ্ধং
স্বটিকামাত্রমপি খেচরীমুদ্রা তিষ্ঠতি চেৎ তর্হি যোগী বিবৈঃ সর্পবৃশ্চিকাদি-
বিবৈর্বিমুচ্যতে বিশেষেণ মুচ্যতে । ব্যাধিধাতুবৈষম্যং মৃত্যুশ্রমঃ প্রাণ-
দেহবিয়োগঃ জরা বৃদ্ধাবস্থা তা আদযো যেষাং বলাদীনাং তৈশ্চ বিমুচ্যতে ।
উৎসবে চ প্রকোষ্ঠে চ মুহূর্তে নিয়মে তথা । ক্ষণশঙ্কো ব্যবস্থায়াম্ সময়েহপি
নিগদ্যত ইতি নানার্থঃ ॥ ৩৮ ॥

ন রোগইতি । যঃ খেচরীমুদ্রাং বেত্তি তস্য রোগো ন মরণং ন তন্দ্রা
তামসান্তঃকরণবৃত্তিবিশেষঃ ন নিদ্রা ন ক্ষুধা ন তৃষ্ণা পিপাসা ন মূৰ্ছা চিত্তস্য
তমসাত্ত্বভূতাবস্থাবিশেষশ্চ ন ভবেৎ ॥ ৩৯ ॥

পীড়্যত ইতি । যঃ খেচরীমুদ্রাং বেত্তি স রোগেন জরাদিনা ন
যোজ্যতে ॥ ৪০ ॥

চিত্তং চরতি থে যস্মাজ্জিহ্বা চরতি থে গতা ।
 তেনৈষা থেচরী নাম মুদ্রা সিদ্ধৈর্নিরূপিতা ॥ ৪১ ॥
 থেচর্যা মুদ্রিতং যেন বিবরং লক্ষ্যকোদ্ধিতঃ ।
 ন তস্য ক্ষরতে বিন্দুঃ কামিন্যাপ্তোষিতস্য চ ॥ ৪২ ॥
 চলিতোহপি যদা বিন্দুঃ সংপ্রাপ্তো যোনিমণ্ডলম্ ।
 ব্রজতুর্দ্ধিঃ হতঃ শক্ত্যা নিবদ্ধো যোনিমুদ্রয়া ॥ ৪৩ ॥
 উর্দ্ধজিহ্বাঃ স্থিরো ভূত্বা সোমপানং কৰোতি যঃ ।
 মাসার্কেন ন সন্দেহো মৃত্যুং জয়তি যোগবিৎ ॥ ৪৪ ॥

চিত্তমতি । যস্মাদ্ভেতোশ্চিত্তমন্তঃকরণং থে ভবোরন্তরবকাশে চরতি
 জিহ্বা থে তদৈব গতা সতী চরতি । তেন হেতুনা এষা কথিতা মুদ্রা
 থেচরী নাম থেচরীতি প্রসিদ্ধা । নামেতি প্রসিদ্ধাবব্যয়ম্ । সিদ্ধৈঃ কপিলাদি-
 ভিনিরূপিতা । থে ভবোরন্তর্য্যোয়ি চরতি গচ্ছতি চিন্তং জিহ্বা চ যস্য
 সা থেচরীত্যবয়বশঃ সা ব্যুৎপাদিতা । উক্তেষু ত্রিযু শ্লোকেষু ব্যাখ্যানীনাং
 পুনরুক্তিস্ত তেষাং শ্লোকানাং সংগৃহীতত্বান্ন দোষায় ॥ ৪১ ॥

থেচর্য্যেতি । যেন যোগিনা থেচর্যা মুদ্রয়া লক্ষ্যকায় উর্দ্ধমিতি লক্ষ্য-
 কোদ্ধিতঃ । সার্কবিভক্তিকস্তমিঃ । লক্ষ্যকা তালু তস্য উর্দ্ধতঃ উপরি-
 ভাগে স্থিতং বিবরং ছিদ্রং মুদ্রিতং পিহিতং । কামিন্যা যুবত্যাশ্লেষিত-
 স্যালিন্দ্রিতস্যাপি । চ শব্দোহপ্যর্থঃ । তস্য বিন্দুর্দীর্ঘ্যং ন ক্ষরতে ন
 স্থলতি ॥ ৪২ ॥

চলিত ইতি । চলিতোহপি বিন্দুর্ধদা যস্মিন্ কালে যোনিমণ্ডলং যোনি-
 স্থানং সংপ্রাপ্তঃ সংগতস্তদৈব যোনিমুদ্রয়া য়েট্রাকুণ্ডলরূপায়া । এতেন
 বজ্রোলী মুদ্রা সূচিতা । নিবদ্ধো নিতরাং বদ্ধঃ শক্ত্যাকর্ষণশক্ত্যা হতঃ প্রবৃষ্ট
 উর্দ্ধং ব্রজতি অমৃত্যুমাগেণ বিন্দুস্থানং গচ্ছতি ॥ ৪৩ ॥

উর্দ্ধজিহ্বা ইতি । উর্দ্ধা লক্ষ্যকোদ্ধিবিরোমুখা জিহ্বা যস্য স উর্দ্ধ-

নিত্যং সোমকলা পূর্ণং শরীরে যস্য যোগিনঃ ।
 তক্ষকেণাপি দষ্টস্য বিষং তস্য ন সর্পতি ॥ ৪৫ ॥
 ইক্ষনানি যথা বহ্নিস্তৈলবর্ত্তিং চ দীপকঃ ।
 তথা সোমকলাপূর্ণং দেহী দেহং ন মুঞ্চতি ॥ ৪৬ ॥
 গোমাংসং ভক্ষয়েন্নিত্যং পিবেদমরবারুণীম্ ।
 কুলীনং তমহং মন্যে ইতরে কুলধাতকাঃ ॥ ৪৭ ॥

জিহ্বাঃ । স্থিরো নিশ্চিলো ভূত্বা । সোমশ্চ লম্বিকোদ্ধিববরগলিতচন্দ্রামৃতশ্চ
 পানং সোমপানং যঃ পুমান্ করোতি । যোগং বেষ্ঠীতি যোগবিৎ সং । মাসস্ফাৰ্দ্ধং
 মাসাৰ্দ্ধং তেন মাসাৰ্দ্ধেন পক্ষাণ মৃত্যুং মরণং জয়তি অভিভবতি । ন সন্দেহঃ
 নিশ্চিতমেতদি চ্যর্থঃ ॥ ৪৪ ॥

নিত্যমিতি । যস্ত যোগিনঃ শরীরং নিত্যং প্রতিদিনং সোমকলা-
 পূর্ণং চন্দ্রকলামৃতপূর্ণং তস্ত তক্ষকেণ দষ্টশ্চ দংশিতস্য যোগিনঃ শরীরে বিষং
 গরলং তজ্জন্যং দুঃখং ন সর্পতি ন প্রসবতি ॥ ৪৫ ॥

যথা বহ্নিঃ ইক্ষনানি কাষ্ঠাদানি ন মুঞ্চতি দীপকঃ তৈলবর্ত্তিক তৈল-
 যুক্তাং বর্ত্তিং ন মুঞ্চতি । তথা সোমকলাপূর্ণং চন্দ্রকলামৃতপূর্ণং দেহং
 শরীরং দেহী জীবো ন মুঞ্চতি ন ত্যজতি ॥ ৪৬ ॥

গোমাংসমিতি । গোমাংসং পারিভাষিকং বক্ষ্যমাণং যো ভক্ষয়েৎ
 নিত্যং প্রতিদিনমমরবারুণীমপি বক্ষ্যমাণং পিবেৎ তং যোগিনং । অহমিতি
 গ্রন্থকাণ্ডোক্তিঃ । কুলে জাতঃ কুলীনঃ তং সংকুলোৎপন্নং মন্যে । তদুক্তং
 ব্রহ্মবৈবৰ্ত্তে ।

কৃতার্থো পিতরৌ তেন ধন্যো দেশঃ কুলকং তং ।
 জায়তে যোগবান্ যত্র দত্তমক্ষয়তাং ব্রজেৎ ।
 দৃষ্টঃ সংভাষিতঃ স্পৃষ্টঃ পুংপ্রকৃত্যোর্বৈবেকবান্ ।
 ভবকোটীশতাপাতং পুণাতি বৃজিনং নৃপাং ॥

গোশব্দেনোদিতা জিহ্বা তৎপ্রবেশো হি তালুনি ।

গোমাংসভক্ষণং তন্তু মহাপাতকনাশনম্ ॥ ৪৮ ॥

জিহ্বাপ্রবেশসম্ভূতবহিনোৎপাদিতঃ খলু ।

চন্দ্রাং স্রবতি যঃ সারঃ স সাদমরবারুণী ॥ ৪৯ ॥

ব্রহ্মাণ্ড পুরাণে ।

গৃহস্থানাং সহস্রৈশ্চ বানপ্রস্থশ্চেন চ ।

ব্রহ্মচারিসহস্রৈশ্চ যোগাত্ম্যামী বিশিখ্যতে ।

রাজযোগে বামদেবং প্রতি শিববাক্যং ।

রাজযোগস্ত মহাত্ম্যং কো বিজানতি তত্ত্বতঃ ।

তচ্ছ্রীমানী বসতে বত্র স দেশঃ পুণ্যভাজনং ।

দর্শনাদর্চনাদস্য ত্রিসপ্তকুলসংযুতঃ ।

অস্ত্রা মুক্তিপদং যাস্তি কিংপুনস্তংপরায়ণাঃ ।

অন্তর্যোগং বহির্যোগং যো জানাতি বিশেষতঃ ।

তুয়া ময়াপ্যমৌ বন্ধঃ শেবৈবৈবৈব্যস্ত কিং পুনঃ ॥ ইতি

কুর্শ্বপুরাণে ।

এককালং দ্বিকালং বা ত্রিকালং নিত্যমেব বা ।

যে যুঞ্জতে মহাযোগং বিজ্ঞেয়াস্তে মহেশ্বরাঃ ॥ ইতি

ইতরে বক্ষ্যমাণগোমাংসভক্ষণামরবারুণীপানবহিতা অযোগিনস্তে কুল-
ঘাতকাঃ কুলনাশকাঃ সংকুলে জাতস্ত জন্মনো বৈবৰ্থ্যাং ॥ ৪৭ ॥

গোমাংসশব্দার্থমাহ গোশব্দেনেতি । গো শব্দেন গো ইত্যাকারকেণ শব্দেন
গোপদেনেত্যর্থঃ । জিহ্বা রসনোদিতা কথিতা । তালুনীতি সামীপিকাধারে
সপ্তমী । তালুসমীপোক্তবিরে তস্তা জিহ্বায়াঃ প্রবেশো গোমাংসভক্ষণং
গোমাংসভক্ষণশব্দবাচ্যং । তন্তু তাদৃশং গোমাংসভক্ষণং তু মহাপাতকানাং
স্বর্ণস্তেয়াদীনাং নাশনং ॥ ৪৮ ॥

অমরবারুণীশব্দমর্থমাহ জিহ্বেতি । জিহ্বায়াঃ প্রবেশো লম্বিকোষ্ঠ-
বিরে প্রবেশনং তস্যাং সম্ভূতো যো বহিরুদ্রা তেনোৎপাদিতো নিপ্পা-

চুষন্তী যদি লম্বিকাগ্রমনিশং জিহ্বা রসশ্রুদ্দিনী
 সক্ষারা কটুকাল্লদুগ্ধসদৃশী মধ্বাজাতুল্যা তথা ।
 বাধীনাং হরণং জরালুকরণং শস্ত্রাগমোদীরণং
 তস্য স্যাদমরত্বমষ্টগুণিতং সিদ্ধাস্তনাকর্ষণম্ ॥ ৫০ ॥
 মূৰ্দ্ধ্ণঃ ষোড়শপত্রপদ্মগলিতং প্রাণাদবাঞ্ছং হঠা-
 দূৰ্দ্ধ্বাসো রসনাং নিয়ম্য বিবরে শক্তিং পরাং চিন্তয়ন্ ।
 উৎকল্লোলকলাজলং চ বিমলং ধারাময়ং যঃ পিবেৎ
 নিব'্যাধিঃ স মৃণালকোমলবপূর্যোগী চিরং জীবতি ॥ ৫১ ॥

দিতঃ । অত্র বহিঃশব্দেনোক্ষ্যমুপলক্ষ্যতে । যঃ সারঃ চন্দ্রাদ্রবোরস্ত-
 র্কামভাগস্থাং সোমাং অবতি গলতি সা অমববাক্ষণী স্যাদমরবাক্ষণীপদ-
 বাচ্যা ভবেৎ ॥ ৪৯ ॥

চুষন্তীতি । যদি চেৎ লম্বিকাগ্রং লম্বিকোৰ্দ্ধবিবরণং চুষন্তী স্পৃশন্তী ।
 অনিশং নিরন্তরং । অতএব রসশ্রু সৌমকলানুতস্ত স্যন্দঃ স্যন্দনং প্রস্রবণ
 মস্যামন্তীতি রসশ্রুদ্দিনী যস্য জিহ্বা । ক্ষারৈণ লবণবসেন সহিতা সক্ষারা ।
 কটুকং মরিচাদি । অগ্নং চিঞ্চাফলাদি জুগ্মং পয়ঃস্তেঃ সদৃশী সমান ।
 মধু ক্ষৌদ্রমাজ্যং ঘৃতং তুল্যা সমা । তথাশব্দঃ সমুচ্চয়ে । এতৈর্কির্শেষণৈ
 রসশ্রুতানেকরসত্বাং গধুবত্বাং স্নিগ্ধত্বাচ্চ জিহ্বায়া সর্পি রসশ্রুদ্দনে তথাস্থমুক্তং ।
 তর্হি তস্য বাধীনাং রোগাণাং হরণমপগমো জরায় বৃদ্ধাবস্থায়ান্তকরণং
 নাশনং শস্ত্রাণামাযুধানামপগমঃ স্বাভিমুখাগমনং তস্যোদীরণং নিবাবধম্
 অষ্টৌ গুণা আধিমা দবস্তে অস্য সঞ্জাতা ইত্যষ্টগুণিতমমবত্বমরভাবঃ
 সিদ্ধানামঙ্গনাঃ সিদ্ধাস্তনাঃ সিদ্ধাশ্চ তা অঙ্গনাশ্চেতি বা তাসামাকর্ষণশক্তিঃ
 স্যাৎ ॥ ৫০ ॥

মূৰ্দ্ধ্ণ ইতি । রসনাং জিহ্বাং বিবরে কপালচূহবে নিয়ম্য সংযোজ্য ।
 উৰ্দ্ধ্ণমুস্তানমাস্যং যস্য সঃ । উৰ্দ্ধ্ণস্য ইত্যনেন বিপরীতকরণী হৃতিত ।

যং প্রালেয়প্রহিতস্মিরং মেরুমূর্দ্ধাস্তরস্থং
 তস্মিংশ্তত্বং প্রবদতি স্মধীস্তুম্মুখং নিম্নগানাম্ ।
 চন্দ্রাং সারঃ শ্রবতি বপুষশ্চেন্ন মৃত্যুনাং
 তদধীয়াং শ্রু করণমথো নানাথা কায়সিদ্ধিঃ ॥ ৫২ ॥

শবাং শক্তিং কুণ্ডলিনীং চিস্তয়ন্ ধ্যায়ন্ সন্ প্রাণান্ সাধনভূতান্ । ষোড়শ
 পত্রাণি দলানি যস্য তং ষোড়শপত্রং তচ্চ তং পদ্মং কঠস্থানে বর্তমানং
 তস্মিন্ গলিতং হঠাকঠযোগাদবাপ্তং প্রাপ্তং বিমলং নির্মলং ধারাময়ং
 ধারাকপমুংকল্লোলমুত্তরঙ্গং চ তং কলাজলং সোমকলারসং যঃ পূমান্ পিবেৎ
 য়েৎ স বোগী নির্গতা ব্যাধয়ো জরাদয়ো যস্মাৎ স নির্ব্যাধিঃ সন্ যদা নির্গতা
 বিবিধা আধিষ্ঠানসী ব্যাধা যস্মাৎ স তাদৃশঃ সন্ মৃণালং বিসমিব কোমলং
 ইহ বপুঃ শরীরং যস্য স মৃণালকোমলবপুশ্চ সন্ চিরং দীর্ঘকালং জীবতি
 প্রাণান্ ধারয়তি । হঠাং হঠযোগাং । প্রাণাং সাধনভূতাদবাপ্তমিতি বা
 যাজনা । প্রাণৈরिति কচিং পাঠঃ ॥ ৫১ ॥

যং প্রালেয়েতি । মেরুবং সর্কোন্নতা স্ময়্যা মেরুস্তস্য মূর্দ্ধোপরিভাগ-
 তস্যাস্তবে মধ্যে তিষ্ঠতীতি মেরুমূর্দ্ধাস্তরস্থং যং প্রালেয়ং সোমকলাজলং
 প্রহিতং নিহিতং যস্মিংশ্তত্বা তচ্চ তং স্মিরং বিবরং তস্মিন্ বিবরে স্মধীঃ
 শোভনা রজস্তমোভ্যামনভিভূতসত্ত্বা ধীপূর্দ্ধিবস্য সঃ । তত্ত্বমাত্মতত্ত্বং প্রব-
 তি প্রকর্ষণে বদতি । তস্যঃ শিখায়া মধ্যে পরমাত্মা ব্যবস্থিত ইতিশ্রুতেঃ ।
 ষাশ্বনো বিভূত্রে খেচরীমুদ্রায়াং তত্রাভিব্যক্তিস্তস্মিংশ্তত্বমিত্যুক্তং । নিম্নগানাং
 ষাশ্বনাসরস্বতীনর্মদাদিশঙ্কবাচ্যানামিড়াপিঙ্গলাসুয্যাগাক্ষারীপ্রভৃতীনাং তং
 তস্মিন্ বিবরে তৎসমীপে মৃখমগ্রমস্তি চন্দ্রাং সোমাং বপুষঃ শরীরস্য
 ষারঃ শ্রবতি ক্রুরতি তেন চন্দ্রসারস্করণেন নরাণাং মহুয্যাণাং মৃত্যুঃ মরণং
 ভবতি । অতঃ হেতোস্তৎপূর্কোদিতং শ্রু করণং শোভনং করণং খেচরী-
 মুদ্রাক্ষরং বয়ীয়াং । শ্রু করণে বন্ধে চন্দ্রসারশ্রবণাভাবাং মৃত্যুনাং স্যাदिति

অখিরং জ্ঞানজনকং পঞ্চশ্রোতঃসমম্বিতম্ ।
 তিষ্ঠতে খেচরী মুদ্রা তস্মিন্ শূন্যে নিবঞ্জে ॥ ৫৩ ॥
 একং সৃষ্টিময়ং বীজমেকা মুদ্রা চ খেচরী ।
 একো দেবো নিবালস্য একাবস্থা মনোময়ী ॥ ৫৪ ॥
 অথোড্ডীয়ানবন্ধঃ ।
 বন্ধো যেন সুষুম্নায়াং প্রাপ্তু উড়ীয়তে যতঃ ।
 তস্মাদুড্ডীয়নাখ্যোহয়ং যোগিভিঃ স মুদ্রাকৃতঃ ॥ ৫৫ ॥

ভাবঃ । অনাথা স্বকরণবন্ধনাভাবে কারস্যা দেহস্য দিক্কা রূপলাবণ্যবজ্রস-
 হননরূপা ন স্যাৎ ॥ ৫২ ॥

স্থিরমিতি । পঞ্চ যানি শ্রোতঃসীড়াদীনাং প্রবাহান্তঃ সমম্বিতং
 সমাগমুপতং । সপ্তশ্রোতঃসমম্বিমিতি রচিং পাঠঃ । জ্ঞানজনকমলৌ-
 কিকবোধিতাঙ্গসাক্ষাৎকারজনকং যং স্থিরং বিবরং তস্মিন্ স্থিবেহঞ্জন-
 মবিদ্যা তৎকার্য্যং শৌকমোহাদি চ নির্গতং যস্যাং তং নিবঞ্জনং তস্মিন্ নিব-
 ঙ্গনে শূন্যে স্থিরাবকাশে খেচরী মুদ্রা তিষ্ঠতে স্থিরীভবতি । প্রকাশনশ্বেয়াখ্য-
 যোশ্চেত্যঙ্গনেপদং ॥ ৫৩ ॥

একমিতি । সৃষ্টিময়ং সৃষ্টিরূপং প্রণবাত্ম্যং বীজমেকং মুখ্যং । তদ্বন্ধং
 মাধুক্যোপনিষদি । ওমিত্যেতদঙ্গরমিদং সর্গমিতি । খেচরীমুদ্রা একা
 মুখ্যা । নিরাগন্ত আলম্বনশূন্য একো মুখ্যো দেবঃ । আলম্বনপরিত্যাগে-
 নাত্মনঃ স্বরূপাবস্থানাং । উন্মন্যবসৈকা মুখ্যা । একে মুখ্যান্যেকবলা
 ইত্যমরঃ । বীজাদিযু প্রণবাদিবনমুদ্রাস্থ খেচরী মুখ্যোত্যর্থঃ ॥ ৫৪ ॥

উড্ডীয়ানবন্ধং বিবন্ধুস্তাবহুড্ডীয়ানশকার্ঘ্যমাহ বন্ধ ইতি । যতো যস্যা-
 দ্ধেতোর্ধেন বন্ধেন বন্ধো নিরুদ্ধঃ প্রাণঃ সুষুম্নায়াং মধ্যনাড্যাহুড্ডীয়তে সুষুম্নাং
 বিহায়সা গচ্ছতি তস্মাৎ কারণাদয়ং বন্ধো যোগিভির্গুংস্বেন্দ্রাদিতিরুড্ডীয়ান-

উড্ডীনং কুরুতে যস্মাদবিশ্রান্তং মহাখগঃ ।

উড্ডীয়ানং তদেব স্ম্যং তত্র বন্ধোহভিধীরতে ॥ ৫৬ ॥

উদরে পশ্চিমং তানং নাভেরুর্দ্ধং চ কারয়েৎ ।

উড্ডীয়ানো হ্যমৌ বন্ধো মৃত্যুগাতস্তকেসরী ॥ ৫৭ ॥

উড্ডীয়ানন্তু সহজং গুরুণা কথিতং মদা ।

অভ্যাসেং সততং যন্ত বন্ধোহপি তরুণায়তে ॥ ৫৮ ॥

মাধ্যাভিধা যন্ত স উড্ডীয়ানাধ্যাঃ সমুদাহৃতঃ সমাগ্ন্যংপত্যোদাহৃতঃ কথিতঃ । অমুস্মারায়ড্ডীরতেহনেন বন্ধঃ প্রাণ ইত্যুড্ডীয়ানং । উৎপূর্ব্বাভুতীও-ব-হারসা গভাবিত্যস্ম্যং করণে লুট ॥ ৫৫ ॥

উড্ডীনমিতি । মহাংশচাসৌ খগশ্চ মহাখগঃ প্রাণঃ । সর্কদা দেহাঙ্ক-কাশে গতিমহ্যং । যস্মাদবিশ্রান্তং যথা স্ম্যংখোড্ডীনং বিহঙ্গমগতিং কুরুতে । অমুস্মারায়িত্যধ্যাহার্যং । তদেব বন্ধবিশেষমুড্ডীয়ানঃ উড্ডীয়ানানা-মকং স্ম্যং তত্র তচ্চিৎ বিষয়ে বন্ধোহভিধীরতে বন্ধবরূপং কথ্যতে ময়েতি শেষঃ ॥ ৫৬ ॥

উড্ডীয়ানবন্ধমাহ উদর ইতি । উদবে তুন্দে নাভেরুর্দ্ধং চকারাদদ উপরিভাগেহধোভাগে চ পশ্চিমং তানং পশ্চিমমাকর্ষণং নাভেরুর্দ্ধাধোভাগৌ যথা পৃষ্ঠমংলধৌ স্ম্যাতাং তথা তানং তাননং নামাকর্ষণং কারয়েৎ কুর্য্যাং । নিজর্গোহবিবক্ষিতঃ । অসৌ নাভেরুর্দ্ধাধোভাগয়োস্তাননরূপ উড্ডীয়ান উড্ডীয়ানাথো বন্ধঃ । কীদৃশঃ মৃত্যুবেব মাতঙ্গো গজন্তস্ত কেসরী সিংহ ইব নিবর্তকঃ ॥ ৫৭ ॥

উড্ডীয়ানন্ত্বিতি । গুরুর্হিতোপদেশঃ । তেন গুরুণা উড্ডীয়ানন্তু মদা সর্কদা সহজং স্ভাবিকং কথিতং । প্রাণস্ত বহির্গমনং সর্কদা সর্কশ্চৈব জায়মান-ত্যাং । যন্ত যঃ পুরুষস্ত সততং নিরন্তরমভ্যাসেং । উড্ডীয়ানমিত্যত্রাপি সম-ধ্যতে । স তু বন্ধোহপি হবিরোহপি তরুণায়তে তরুণ ইবাচরতি তরুণা-য়তে ॥ ৫৮ ॥

নাভের্কমধশ্চাপি তানং কুৰ্ঘ্যাং প্রযত্ততঃ ।

যথাসমভ্যসেন্ মৃত্যুং জয়তোব ন সংশয়ঃ ॥ ৫৯ ॥

সর্কেষামেব বন্ধানামুত্তমো হু উডিয়ানকঃ ।

উডিয়ানে দৃঢ়ে বন্ধে মুক্তিঃ স্বাভাবিকী ভবেৎ ॥ ৬০ ॥

অথ মূলবন্ধঃ ।

পাঞ্চিভাগেন সংপীড়্য যোনিমাকুঞ্চয়েৎ শুদম্ ।

অপানমূৰ্দ্ধমাকুষা মূলবন্ধোহভিধীয়তে ॥ ৬১ ॥

নাভেরিতি । [নাভের্কমুপরিভাগেহধশ্চাপ্যধোভাগেহপি প্রযত্ততঃ প্রকটো যতঃ প্রযত্তস্তস্যাং প্রযত্ততঃ যত্ববিশেষাং তানং পশ্চিমতানং কুৰ্ঘ্যাং । পূৰ্ণা-
র্কেনোড্ডীয়ানস্বরূপমুক্তং । অথ তৎপ্রশংসা । যথাসং যথাসপৰ্য্যন্তং । উডী-
য়ানমিত্যাধ্যাহারঃ । অভ্যসেং পুনঃ পুনঃ অনুভিষ্ঠেং স মৃত্যুং জয়তোব সং-
শয়ো ন অত্র সন্দেহো নাস্তীত্যর্থঃ ॥ ৫৯ ॥

সর্কেষামিতি । সর্কেষাং বন্ধানাং মধ্যে উডীয়ানকঃ উডীয়ানবন্ধ এব ।
স্বার্থে ক প্রত্যয়ঃ উত্তমঃ উৎকৃষ্টঃ হি যস্মাদুডীয়ানে বন্ধে দৃঢ়ে সতি স্বা-
ভাবিকী স্বভাবসিদ্ধেব মুক্তির্ভবেৎ । উডীয়ানবন্ধে কৃতে বিহঙ্গমগত্যা
শুঘ্রস্মায়াং প্রাণস্ত মুক্তি গমনাং । সমাধৌ মোক্ষমাপ্নোতীতি বাক্যাং সহ-
জৈব মুক্তিঃ শ্রাদ্যাদিতি ভাবঃ ॥ ৬০ ॥

পাঞ্চিভাগেনেতি । পাঞ্চিভাগো গুল্করোরধঃ প্রদেশস্তেন যোনিং যোনি
স্থানং শুদমেট্রয়োর্মধ্যভাগং সংপীড়্য সম্যক্ পীড়য়িত্বা শুদং পায়ুমাকুঞ্চয়েৎ
সকোচয়েৎ । অপানমধোগতিং বায়ুমূৰ্দ্ধমপৰ্য্যাকুষাকৃষ্টং কৃত্বা মূলবন্ধোহভি-
ধীয়তে কথ্যতে । পাঞ্চিভাগেন যোনিস্থানসংপীড়নপূৰ্ব্বকং শুদস্তাকুঞ্চনং
মূলবন্ধ ইত্যুচ্যতে ইত্যর্থঃ ॥ ৬১ ॥

অধোগতিমপানং বা উর্দ্ধগং কুরুতে বলাং ।

আকুঞ্চনেন তং প্রাহ্মূলবন্ধং হি যোগিনঃ ॥ ৬২ ॥

গুদংপাশ্চাত্তু সংনীড্য বায়ুগাকুঞ্চয়েদ্বলাং ।

বারং বারং যথা চোর্দ্ধং সমায়াতি সমীরণঃ ॥ ৬৩ ॥

প্রাণাপানৌ নাদবিন্দু মূলবন্ধেন চৈকতাম্ ।

গত্বা যোগস্ত্র সংসিদ্ধিং যচ্ছতো নাত্র সংশয়ঃ ॥ ৬৪ ॥

অধোগতিমিতি । যঃ অধোগতিং অধোহর্বাগ্গতির্বিশ্ব স তথা তমপান-
মপানবায়ুগাকুঞ্চনেন মূলাধারস্ত্র সঙ্কোচনেন বলাদ্ধঠাদূর্দ্ধং গচ্ছতীত্যুর্দ্ধগস্ত্র-
মূর্দ্ধগং সুষুম্নায়ামূর্দ্ধগমনশীলং কুরুতে । বৈ ইতি নিশ্চয়েহব্যয়ং । যোগিনো
যোগাভ্যাসিনস্তং মূলবন্ধং মূলস্ত্র মূলস্থানস্ত্র বন্ধনং মূলবন্ধস্তং মূলবন্ধমিত্যর্থং
প্রাহঃ । অনেন মূলবন্ধশকার্থ উক্তঃ । পূর্বশ্লোকেন তু তস্ত্র বন্ধনপ্রকার
উক্ত ইত্যপোনরুক্তং ॥ ৬২ ॥

যোগবীজান্তরীত্য মূলবন্ধমাহ গুদমিতি । পাশ্চাত্তুল্ফয়োরধো-
ভাগেন গুদম্পাশ্চাত্তু সংপীড্য সম্যক্ পীড়য়িত্বা সংযোজ্যত্যাৰ্থঃ । তু শব্দঃ
পূর্বশ্লোকস্ত্র বিশেষত্বদ্যোতকঃ । যথা যেন প্রকারেণ সমীরণঃ বায়ুর্দ্ধগং সুষু-
ম্নায় উপরিভাগে য়াতি গচ্ছতি তথা তেন প্রকারেণ বলাদ্ধঠাদ্বারস্থারং পুনঃ
পুনর্কায়মপানমাকুঞ্চয়েদ্ গুদস্ত্রাকুঞ্চনেনাকুঞ্চয়েৎ । অয়ং মূলবন্ধ ইতি বাক্যা-
ধ্যাহারঃ ॥ ৬৩ ॥

অথ মূলবন্ধগুণানাহ প্রাণাপানাবিতি । প্রাণচাপানশ্চ প্রাণাপান-
বৃদ্ধাধোগতী বায়ু নাদোহনাহতধ্বনিঃ বিন্দুধ্বনিস্তৌ মূলবন্ধনৈকতাং গত্বা
একীভূয় যোগস্ত্র সংসিদ্ধিঃ সম্যক্ সিদ্ধিস্তাং যোগসংসিদ্ধিং যচ্ছতো দদত
অভ্যাসিন ইতি শেষঃ । অত্রাস্মিন্নর্থো সংশয়ো ন । সন্দেহো নাস্তীত্যর্থঃ ।
অয়ং ভাবঃ মূলবন্ধে কৃতেহপানঃ প্রাণেন সহ একীভূয় সুষুম্নায় প্রবিশতি
ততো নাদাভিব্যক্তির্ভবতি ততো নাদেন সহ প্রাণাপানৌ হৃদয়োপরি গত্বা
নাদস্য বিন্দুনা সহৈক্যং বিন্দুনাধায় সিদ্ধিঃ । উক্তঃ যোগসিদ্ধিঃ ॥ ৬৪ ॥



পানঅপ্রাণয়োবৈক্যং ক্ষয়ো মূত্রপুৰীষয়োঃ ।

যুবাভবতি বৃদ্ধোহপি সততং মূলবন্ধনাং ॥ ৬৫ ॥

অপানে উৰ্দ্ধগে জাতে প্রযাতে বাহ্নিমণ্ডলম্ ।

তদানলশিখা দীর্ঘা জায়তে বায়ুনাহতা ॥ ৬৬ ॥

ততো যাতে বহুপানো প্রাণমুষ্ণস্বরূপকম্ ।

তেনাতান্তপ্রদীপ্তস্ত জ্বলনো দেহঙস্তথা ॥ ৬৭ ॥

অপানপ্রাণয়োরিতি । সততং মূলবন্ধনাং মূলবন্ধমূত্রাকরণাদপানপ্রাণয়ো-
বৈক্যং ভবতি । মূত্রপুৰীষয়োঃ সঞ্চিতয়োঃ ক্ষয়ঃ পতনং ভবতি । বৃদ্ধোহপি
যুবাবৌহপি যুবা তরুণো ভবতি ॥ ৬৫ ॥

অপান ইতি । মূলবন্ধনাদপানে অধোগমনশীলে বারো উৰ্দ্ধগে উৰ্দ্ধং
গচ্ছতীহ্যুৰ্দ্ধগস্তম্বিন্ তাদৃশে সতি বহ্নিমণ্ডলে বহ্নেঃশৃঙলং ত্রিকোণং নাভে-
রধোভাগেহস্তুি । তদ্বৎ যাজ্ঞবল্ক্যেন ।

দেহমধ্যে শিখিস্থানং তপ্তজ্বাস্মদপ্রভং ।

ত্রিকোণং তু মনুষ্যাণাং চতুৰ্ভুজং চতুষ্পদাং ॥

মণ্ডলং তু পতঙ্গানাং সত্যমেতদ্রবীমিতে ।

তন্মধ্যে তু শিখা তপী সদা তিষ্ঠতি পাবকে ॥ ইতি

তদা তম্বিন্ কালে বায়ুনাগেনাহতা সঙ্গতা সত্যনলশিখা জঠরাগ্নিশিখা দীর্ঘা
জায়তে । বন্ধত ইতি কচিংপাঠঃ ॥ ৬৬ ॥

তত ইতি । ততস্তদনন্তরং বহ্নিষ্ঠাপানশ্চ বহুপানো । উষ্ণং স্বরূপং
বহ্ন স তথা তমনলং শিখাদৈর্ঘ্যাহুষ্ণস্বরূপং প্রাণমুৰ্দ্ধগতিমনিগং যাতে গচ্ছতঃ ।
ততোহনলশিখাদৈর্ঘ্যাহুষ্ণস্বরূপকাদিতি বা যোজনা । তেন প্রাণসঙ্গমনেন
দেহে জ্বলো দেহজে জ্বলনো অধিরত্যন্তমধিকং দীপ্তো ভাতি । তথোতি
পাদপুরণে । অপানমুৰ্দ্ধগমনে দীপ্ত এব জ্বলনঃ প্রাণসঙ্গত্যাত্যন্তং প্রদীপ্তো
ভবতীত্যর্থঃ ॥ ৬৭ ॥

তেন কুণ্ডলিনী স্থপ্তা সন্তপ্তা স প্রবৃদ্ধতে ।

দণ্ডাহতা ভুজঙ্গী ব নিখস্তা পাজুতাং ব্রজেৎ ॥ ২৮ ॥

বিলং প্রবিষ্টেব ততো ব্রহ্মনাডাত্তরং ব্রজেৎ ।

তস্মান্নিত্যং মূলবন্ধঃ কর্তব্যো যোগিভিঃ সদা ॥ ২৯ ॥

কণ্ঠমাকুক্ষ্য হৃদয়ে স্থাপয়েচ্চিবন্ধং দৃঢ়ম্ ।

বন্ধো জালকরাথোহয়ং জরামৃতাবিনাশকঃ ॥ ৩০ ॥

বধ্যতি হি শিরাজালমধোগামি নভোজলম্ ।

ততো জালকরো বন্ধঃ কণ্ঠদুঃখৌঘনাশনঃ ॥ ৩১ ॥

তেন জলন্যাত্যন্তং প্রদীপনেন সন্তপ্তা সম্যক্ তপ্তা সতী যুগ্মা নিদ্রিতা
বৃণ্ডলিনী শক্তিঃ সংপ্রবৃদ্ধতে সম্যক্ প্রবৃদ্ধা ভবতি । দণ্ডেনাহতা দণ্ডাহতা
চামৌ ভুজঙ্গী চ মর্পিনী চ নিখস্তা নিখাস্তা বস্তা পাজুতাং সরলতাং ব্রজেৎ
গচ্ছেৎ ॥ ২৮ ॥

বিলং প্রবিষ্টেতি । ততো ঋজুতাপ্রাপ্ত্যনন্তরং বিলং বিবরং প্রবিষ্টা
ভুজঙ্গী ব্রহ্মনাড়ী যুগ্মা তপ্তা অন্তরং মধ্যং গচ্ছেৎ তস্মাদ্ধ্বজোযোগিভি-
র্যোগাত্মানিভিমূলবন্ধো নিত্যং প্রতিদিনং সদা সর্কষিন্ কালে কর্তব্যঃ
কর্তুং যোগ্যঃ ॥ ২৯ ॥

জালকরবন্ধমাত্ কণ্ঠমিতি । কণ্ঠে গলে বিলমাকুক্ষ্য হৃদয়ে বন্ধঃ সমীপে
চ হৃদয়লাতুরিতপ্রদেশে চিবুবস্থাপনকপো জালকর ইত্যার্থা যন্ত ইতি জাল-
করাখ্যা জালকরনামা বন্ধঃ । কীদৃশঃ জবা বৃদ্ধাবস্থা মৃত্যুশ্মরণং তয়োর্কিনা-
শকো বিশেষণে নানবর্তীতি বিনাশকো বিনাশকতা ॥ ৩০ ॥

জালকরপদস্থানমাহ বধ্যতীতি । হি যথাস্থিবাণাং নাড়ীনাং জালং
সমুদায়ং বধ্যতি । অথো গন্তং শীলমস্তোভোগ্যামী নভসঃ কপালকুহরস্ত
জলমমৃতং চ বধ্যতি প্রতিবধ্যতি । ততস্তস্মাজ্জালকরো জালকরনামকোহ-
র্থো বন্ধঃ জালং দশাজালং জালানাং সমূহং ধবতীতি জালকরঃ । কীদৃশঃ
কণ্ঠে গলপ্রদেশে যো দুঃখৌঘো বিকারজাতো দুঃখসমূহস্তস্য নাশনো নাশ-
কর্তা ॥ ৩১ ॥

জালকরে কূতে বন্ধে কণ্ঠসঙ্কোচলক্ষণে ।

ন পীযুষং পতত্যগ্নৌ ন চ বায়ুঃ প্রকুপ্যতি ॥ ৭২ ॥

কণ্ঠসঙ্কোচনেনৈব হে নাভ্যো স্তম্ভয়েদৃচ্ছ ।

মধ্যচক্রমিদং জেয়ং যোড়শাধারবন্ধনম্ ॥ ৭৩ ॥

মূলস্থানং সমাকুণ্ডা উড্ডীয়ানস্ত কারয়েৎ ।

ইড়াঞ্চ পিঙ্গলাং বন্ধা বাহয়েৎ পশ্চিমে পথি ॥ ৭৪ ॥

জালকরগুণানাহ জালকর ইতি । কণ্ঠস্থ গলবিলম্ব সঙ্কোচনং সঙ্কোচ
আকূৰ্ণনং তদেব লক্ষণং স্বরূপং যন্ত য কণ্ঠসঙ্কোচলক্ষণঃ তস্মিন্ তাদৃশে জা-
লকরে জালকরসংজ্ঞকে বন্ধে কূতে সতি পীযুষমমৃতমগ্নৌ জাঠিরেনলে ন
পততি ন সরতি । বায়ুশ্চ প্রাণশ্চ ন কুপ্যতি নাভ্যন্তরে বায়োগর্গমনং প্রকো-
পন্তং ন করোতীত্যর্থঃ ॥ ৭২ ॥

কণ্ঠসঙ্কোচনেনৈতি । দৃঢ়ং গাঢ়ং কণ্ঠসঙ্কোচনেনৈব কণ্ঠসঙ্কোচনমাত্রেণ
হে নাভ্যো ইড়াপিঙ্গলে স্তম্ভয়েদয়ং জালকর ইতি কর্তৃপদাধ্যাহারঃ । ইদং
কণ্ঠস্থানে স্থিতং বিশুদ্ধাখ্যং চক্রং মধ্যচক্রং মধ্যমং চক্রং জেয়ং । কীদৃশং
যোড়শাধারবন্ধনং যোড়শসম্বন্ধা যে আধারা অঙ্গুষ্ঠাধারাди ব্রহ্মরন্ধ্রান্তা—
স্তেষাং বন্ধনং বন্ধনকারকং ॥

অঙ্গুষ্ঠ গুল্ফজানুরুসীবনীলিঙ্গনাভয়ঃ ।

হৃদগ্রীবা কণ্ঠদেশশ্চ লম্বিকা নাসিকা তথা ॥

ভ্রমধ্যঞ্চ ললাটঞ্চ মূৰ্দ্ধা চ ব্রহ্মরন্ধ্রকং ।

এতে হি যোড়শাধারা কথিতা যোগিপুঙ্কটৈঃ ॥

তেষাধারেযু ধারণায়াঃ ফলবিশেষস্ত গোরক্ষসিদ্ধান্তাদবগন্তব্যঃ ॥ ৭৩ ॥

উক্তস্ত বন্ধত্রয়স্তোপযোগমাহ মূলস্থানমিতি । মূলস্থানমাধারভূতমা-
ধারস্থানং সমাকুণ্ড্য সম্যগাকুণ্ড্য উড্ডিরানং নাভেঃ পশ্চিমতানরূপং বন্ধং
কারয়েৎ কুৰ্ধ্যাৎ । নিজর্থোহবিবক্ষিতঃ । ইড়াং পিঙ্গলাং গঙ্গাং যমুনাঞ্চ
বন্ধা । জালকরবন্ধেনেত্যর্থঃ । কণ্ঠসঙ্কোচনেনৈব হে নাভ্যো স্তম্ভয়েদি-
ত্যাংকৈঃ । পশ্চিমে পথি স্মৃতিমার্গে বাহয়েৎ গময়েৎ প্রাণমিতি শেষঃ ॥ ৭৪ ॥

অনেনৈব বিধানেন প্রযাতি পবনো লয়ম্ ।
 ততো ন জায়তে মৃত্যুর্জরারোগাদিকং তথা ॥ ৭৫ ॥
 বন্ধত্রয়মিদং শ্রেষ্ঠং মহাসিদ্ধৈশ্চ সেবিতম্ ।
 সর্কেয়াং হঠতন্ত্রানাং সাধনং যোগিনো বিদুঃ ॥ ৭৬ ॥
 যংকিঞ্চিৎ শ্রবতে চন্দ্রাদমৃতং দিব্যরূপিণঃ ।
 তং সর্কং গ্রসতে সূর্য্যস্তেন পিণ্ডো জরায়ুতঃ ॥ ৭৭ ॥

অনেনেতি । অনেনৈবোক্তেনৈব বিধানেনৈব পবনঃ প্রাণো লয়ং স্থৈর্য্যং
 প্রযাতি । গত্যাভাবপূর্ব্বকং রক্তে স্থিতিঃ প্রাণস্য লয়ঃ । ততঃ প্রাণস্য লয়াং
 মৃত্যুজরারোগাদিকং । তথা চার্হে । ন জায়তে নোদ্যবতি । আদিপদেন বণী-
 পণিততন্ত্রালম্বাদিকং গ্রাহ্যং ॥ ৭৫ ॥

বন্ধত্রয়মিতি । ইদং পূর্ব্বোক্তং বন্ধত্রয়ং শ্রেষ্ঠং ষোড়শধারবন্ধেহতিপ্র-
 শস্তং । মহাসিদ্ধৈঃ মংসোল্লাদিভিঃচকারাশিষ্ঠানিমুনিভিঃ সেবিতং । সর্কেয়াং
 হঠতন্ত্রাণাং হঠোপযোগং সাধনং সিদ্ধিজনকং যোগিনো গোবিন্দাদ্যা বিদু-
 র্জানন্তি ॥ ৭৬ ॥

বিপরীতকরণীং বিবক্ষুস্তদুপোদ্ভাততেন পিণ্ডস্ত জরাকারণং তাবদাহ
 যংকিঞ্চিদিতি । দিব্যমৃতং কৃষ্টং সুধাময়ং রূপং যন্ত স তথা তস্মাদিব্যরূপিণ-
 শ্চন্দ্রাং সোমাং তালুমলহাং যংকিঞ্চিৎ যং কিমপ্যমৃতং পীযুষং শ্রবতে
 পততি তং সর্কং সর্কং তং পীযুষং সূর্য্যো নাভিস্থোহনলাস্ককঃ গ্রসতে গ্রাসী-
 করোতি । তদুক্তং গোবিন্দনাথেন ।

নাভিদেশে স্থিতো নিত্যং ভাস্করো দহনাস্ককঃ ।

অমৃতান্মা স্থিতো নিত্যং তালুমলে চ চন্দ্রমাঃ ।

বর্ধত্যধোমুখশ্চন্দ্রো গ্রসত্যুর্দ্ধমুখো রবিঃ ।

করণং তচ্চ কর্তব্যং যেন পীযুষমাপ্যতে । ইতি ॥

তেন সূর্য্যকর্তৃকামৃতগ্রাসেন পিণ্ডো দেহো জরায়ুতঃ জরসা যুক্তঃ ভবতি ॥ ৭৭ ॥

তত্রাস্তি করণং দিব্যং সূর্য্যস্ত মুখবন্ধনম্ ।

গুরুপদেশতো জ্ঞেয়ং ন তু শাস্ত্রার্থকোটিভিঃ ॥ ৭৮ ॥

উর্দ্ধনাভেরধস্তালোৰ্দ্ধ্বং ভানুরধঃ শশী ।

করণী বিপরীতাখ্যা গুরুবাক্যেণ লভ্যতে ॥ ৭৯ ॥

নিত্যমভ্যাসযুক্তস্ত জঠরাগ্নিবিক্রিনী ।

আহারো বহুলস্তস্ত সৎপাদ্যঃ সাধকস্ত চ ।

অল্লাহারো যদি ভবেদগ্নির্দ্রুতি তৎক্ষণাৎ ॥ ৮০ ॥

তত্রোতি । তত্র তদ্বিশয়ে সূর্য্যস্ত নাভিস্থানলস্ত মুখং বন্ধতেহনেনেতি
তাদৃশং দিব্যমুত্তমং কবণং বক্ষ্যমাণমুদাখ্যমস্তি তদ্গুরুপদেশতঃ গুরুপদেশা-
জ্জ্ঞেয়ং জ্ঞাতুং শক্যং । শাস্ত্রার্থানাং কোটিভিঃ ন তু নৈব জ্ঞাতুং শক্যং ॥ ৭৮ ॥

বিপরীতকরণীমাহ উর্দ্ধ্বং নাভেবিতি । উর্দ্ধ্বমুপরিভাগে নাভিষষ্ঠ
স উর্দ্ধ্বনাভিস্তম্ভোৰ্দ্ধ্বনাভেরধঃ অধোভাগে তালু তালুস্থানং যস্ত সোহধস্তালু-
স্তম্ভাধস্তালোর্ধোগিন উর্দ্ধ্বমুপরিভাগে ভানুর্দহনাস্থকঃ সূর্য্যো ভবতি । অদঃ
অধোভাগে শস্ত্রমুতাস্ত্রা চন্দ্রো ভবতি । প্রথমান্তপার্শ্বে তু যদা উর্দ্ধ্বনাভিবধ-
স্তালুর্ধোগী ভবতি তদোর্দ্ধ্বং ভানুরধঃ শশী ভবতি । যদা তদা পদযোরধ্যা-
হারেণাধঃ । ইয়ং বিপরীতাখ্যা বিপরীতনামিকা করণী । উর্দ্ধ্বাধঃ স্থিতয়ো-
চন্দ্রসূর্য্যয়োৰধ উর্দ্ধ্বকরণেনাখ্যা গুরুবাক্যেণ গুরোর্ধ্বাক্যেনৈব লভ্যতে
প্রাপ্যতে নান্যথা ॥ ৭৯ ॥

নিত্যমিতি । নিত্যং প্রতিদিনমভ্যাসোসোহভ্যাসনং তস্মিন্ যুক্তস্তাবহি-
তস্ত জঠরাগ্নিরুদরাগ্নিস্তস্ত বিবিক্রিনী বিশেষেণ বিক্রিনীতি বিপরীতকরণীবিশে-
ষণং । তস্ত সাধকস্ত বিপরীতকরণাভ্যাসিন আহারো ভোজনং বহলো
যথেক্তঃ সৎপাদ্যঃ সম্পাদনীয়ঃ । চ পাদপূরণে । অল্লাহার ইতি । যদ্যল্লা-
হারঃ অল্লো ভোক্তুমিষ্টান্নস্নাহারো ভোজনং যস্ত তাদৃশো ভবেৎ স্তাৎ তদা-
জঠরানলো দেহং ক্ষণমাত্রাদেহং । শীঘ্রং দহেদিত্যর্থঃ ॥ ৮০ ॥

অধঃশিরোশ্চোৰ্দ্ধপাদঃ ক্ষণং স্রাং প্রথমে দিনে ।

ক্ষণাচ্চ কিঞ্চিদধিকমভ্যসেচ্চ দিনে দিনে ॥ ৮১ ॥

বলিতং পলিতঞ্চৈব যথাসোৰ্দ্ধং ন দৃশ্যতে ।

যামমাত্রস্ত যো নিত্যমভ্যসেৎ স তু কালজিৎ ॥ ৮২ ॥

অথ বজ্রোন্মী ।

স্বেচ্ছয়া বর্জমানোহপি যোগোক্তৈর্নিয়মৈর্কিনা ।

বজ্রোন্মীং যো বিজানাতি স যোগী সিদ্ধিভাজনম্ ॥ ৮৩ ॥

উৰ্দ্ধাধঃ স্থিতয়োশ্চৈশ্বর্য্যোবধউৰ্দ্ধকরণক্রিয়ামাহ অধঃশিরা ইতি ।

অধঃ অধোভাগে ভূমৌ শিরো যন্ত সোঃধঃশিরাঃ করাভ্যাং কটিপ্রদেশমব-
লম্য বাহুলাদারভ্য কুর্পরপর্য্যন্তাভ্যাং বাহুভ্যাং স্কন্ধাভ্যাং গলপৃষ্ঠভাগশিরা-
পৃষ্ঠভাগাভ্যাং চ ভূমিমবষ্টভ্যাধঃশিবা ভবেৎ । উৰ্দ্ধমপর্য্যন্তরিক্ষে পাদৌ
যন্ত স উৰ্দ্ধপাদঃ প্রথমদিনে আরম্ভদিনে ক্ষণং ক্ষণমাত্রং স্রাং । দিনে দিনে
প্রতিদিনং ক্ষণাং কিঞ্চিদধিকং দ্বিক্ষণং ত্রিক্ষণং । এবং দিনব্রত্যাভ্যাসে-
দভ্যাসং কুৰ্য্যাৎ ॥ ৮১ ॥

বিপরীতকরণীণুগানাহ বলিতমিতি । বলিতং চক্ষুগন্ধোচঃ পলিতং কেশেযু
শৌক্যং চ । যথাং মাসানাং সমাহারঃ যস্মাসং তস্মাদূৰ্দ্ধমপরি নৈব দৃশ্যতে
নৈবাবলোক্যতে । সাধকস্ত দেহ ইতি বাক্যাধ্যাহাবঃ । যন্ত সাধকঃ যাম-
মাত্রং প্রহরমাত্রং নিত্যমভ্যসেৎ স তু কালজিৎ কালং মৃত্যুং জয়তীতি
কালজিৎ মৃত্যুজ্যেতা ভবেৎ । এতেন যোগস্ত প্রাবন্ধকর্ম্মপ্রতিবন্ধকত্বমপি
সূচিতং । তত্ত্বতঃ বিষুধর্ম্মে । স্বদেহাবস্তুকস্তাপি কর্ম্মণঃ সংক্ষয়াবহঃ । যো
যোগঃ পৃথিবীপাল শৃণু তস্তাপি লক্ষণমিতি । বিদ্যাবৈণ্যবপি জীবমুক্তারুহঃ ।
যথা প্রাবন্ধকর্ম্মতত্ত্বজ্ঞানাং প্রবলং তথা তস্মাদপি কর্ম্মনো যোগাভ্যাসঃ প্রবলঃ ।
অতএব যোগিনামুদ্ধালকবীতহব্যাদীনাং স্বেচ্ছয়া দেহত্যাগ উপপদ্যত ইতি ।
ভাগবতেহপ্যুক্তং । দেহং জহ্যাং সমাধিনেতি ॥ ৮২ ॥

বজ্রোন্মীং প্রবৃত্তিং জনয়িতুমাদৌ তৎকলমাহ স্বেচ্ছয়েতি । যোহ-

তত্র বস্তুদ্বয়ং বক্ষ্যে দুৰ্লভং যশ্চ কশ্চাচিং ।

ক্ষীরকৈকং দ্বিতীয়ন্ত নারী চ বশবর্তিনী ॥ ৮৪ ॥

মেহনেন শটৈঃ সমাগৃহ্মাকুঞ্চনমভানেন ।

পুরুষোহপাথবা নারী বজ্রোলীগিদ্ধিমাণুয়াং ॥ ৮৫ ॥

যত্নতঃ শস্ত্রনালেন ফুৎকারং বজ্রকন্দরে ।

শটৈঃ শটৈঃ প্রকুর্ষীত বায়ুসঞ্চারকারণাং ॥ ৮৬ ॥

ভ্যাসী বজ্রোলীং বজ্রোলীমুদ্রাং বিজানাতি বিশেষেণ স্থানুভাবেন জানাতি স
যোগী যোগে যোগশাস্ত্রে উক্তা যোগোক্তাস্তৈর্যোগোক্তৈর্নির্যমৈঃ ব্রহ্মচর্যাদি
ভির্বিদ্যা ঋতে স্বেচ্ছয়া নিজেচ্ছয়া বর্তমানোহপি ব্যবহরমপি সিদ্ধিভাজনং
সিদ্ধীনামণিমাঙ্গীনাম্ ভাজনং পাত্রং ভবতি ॥ ৮৩ ॥

তৎসাধনোপযোগি বস্তুদ্বয়মাহ তত্রৈতি । তত্র বজ্রোলীভাসে বস্তুনো-
দ্বয়ং বস্তুদ্বয়ং বক্ষ্যে কথয়িষ্যে । কীদৃশে বস্তুদ্বয়ং যশ্চ কশ্চাচিং যশ্চ কশ্চাপি
ধনহীনন্ত দুৰ্লভং হুংথেনা লক্ষুং শক্যং হুংথেনাপি লক্ষুং শক্যমিতি বা । হুং শ্রাং
কষ্টনিষেধয়োরিতি কোষাৎ । কিংতদ্বস্তুদ্বয়মিত্যপেক্ষায়ামাহ ক্ষীরমিতি ।
একং বস্তু ক্ষীরং পানার্থং মেহনানন্তরমিল্লিয়নৈর্কল্যাণত্বলার্থং ক্ষীরপানং
যুক্তং কেচিং তু অভ্যাসকালে আকর্ষণার্থমিত্যাহঃ । তস্মান্তুর্গতন্ত্র ঘনীভাবে
নির্গমনাসম্ভবাতদযুক্তং । দ্বিতীয়ন্ত বস্তু বশবর্তিনী স্বাধীনা নারী বনিতা ॥ ৮৪ ॥

বজ্রোলীমুদ্রাপ্রকারমাহ মেহনেনৈতি । মেহনেন স্ত্রীসদ্বানন্তরং বিদ্যোঃ
ক্ষরণেন সাধনভূতেন পুরুষঃ পুমানথবা নার্যপি যোষিদপি শটৈর্শূলদ্বয়ং সম্যক্
যত্নপূর্বকং উক্তাকুঞ্চনমুদ্রমুপয্যাকুঞ্চনং মেট্রাকুঞ্চনেন বিদ্যোৰূপধ্যাকর্ষণমভ্য-
সেদ্বজ্রোলীমুদ্রাসিদ্ধিমাণুয়াং সিদ্ধিং গচ্ছেৎ ॥ ৮৫ ॥

অথ বজ্রোল্যাঃ পূর্বাঙ্গপ্রক্রিয়ামাহ যত্নত ইতি । শস্ত্রঃ প্রশস্তঃ যো
নালস্তেন শস্ত্রনালেন সীসকাদিনির্মিতেন নালেন শটৈঃ শটৈর্শূলদ্বয়ং যথা-
ধের্দমনার্থং ফুৎকারঃ ক্রিয়তে তাদৃশং ফুৎকারং বজ্রকন্দরে মেট্রবিবরে বায়োঃ

নারীভগে পতদ্বিন্দুমভ্যাসেনোদ্ধমাহরেৎ ।

চলিতঞ্চ নিজং বিন্দুমুর্দ্ধমাকৃষ্য রক্ষয়েৎ ॥ ৮৭ ॥

এবং সংরক্ষয়েদ্বিন্দুং মৃতুঞ্জয়তি যোগবিৎ ।

মরণং বিন্দুপাতেন জীবনং বিন্দুধারণাং ॥ ৮৮ ॥

সকারঃ সম্যগজ্ঞকন্দরে চরণং গমনং তৎকাৰণং তদ্বৈতোঃ প্রকুর্সীত প্রকর্ষণে
পুনঃ পুনঃ কুর্সীত । অথ বজ্রোলীসাদনপ্রক্রিয়া । সীসকনির্মিতাং স্নিগ্ধাং
মেট্রপ্রবেশযোগ্যাং চতুর্দশাঙ্গুলমাত্রাং শলাকাং কাবয়িত্বা তস্মা মেট্রে প্রবে-
শনমভ্যাসেৎ । প্রথমদিনে একাঙ্গুলমাত্রাং প্রবেশয়েৎ । দ্বিতীয়দিনে দ্ব্যাঙ্গুল-
মাত্রাং তৃতীয়দিনে ত্র্যাঙ্গুলমাত্রাং । এবং ক্রমেণ বুদ্ধৌ দ্বাদশাঙ্গুলমাত্রপ্রবেশে
মেট্রমার্গে শুদ্ধোভবতি । পুনস্তাদ্বীং চতুর্দশাঙ্গুলমাত্রাং দ্ব্যাঙ্গুলমাত্রবক্রা-
মুর্দ্ধমুখাং কারয়িত্বা তাং দ্বাদশাঙ্গুলমাত্রাং প্রবেশয়েৎ । বক্রমুর্দ্ধমুখং দ্ব্যাঙ্গুল-
মাত্রং বহিঃ স্থাপয়েৎ । ততঃ সূৰ্য্যকাবস্ত অগ্নিধমনসাধনীভূতনালসদৃশং
নালং গৃহীত্বা তদগ্রং মেট্রে প্রবেশিতদ্বাদশাঙ্গুলস্ত নালস্ত বক্রোদ্ধমুখদ্ব্যাঙ্গুলমধ্যে
প্রবেশ্য ফুৎকাবৎ কুৰ্য্যাৎ । তেন সম্যক্ মার্গশুদ্ধির্ভবতি । ততো জলস্ত
মেট্রেণাকর্ষণমভ্যাসেৎ । জলাকর্ষণে সিদ্ধে পূর্বোক্তপ্লোকরীত্যা বিন্দোরুদ্ধা-
কর্ষণমভ্যাসেৎ । বিন্দ্বাকর্ষণে সিদ্ধে বজ্রোলীমুদ্রাসিদ্ধিঃ । ইয়ং জিতপ্রাণৈশ্চব
সিদ্ধ্যতি নান্যস্ত । খেচরীমুদ্রাপ্রাণজয়োত্তরসিদ্ধৌ তু সম্যক্ ভবতি ॥ ৮৬ ॥

এবং বজ্রোলীভ্যাসে সিদ্ধে তদুত্তরং সাধনমাহ নারীভগ ইতি । নারী-
ভগে স্ত্রীষোণৌ পততীতি পতন্ পতংস্চাসৌ বিন্দুশ্চ পতদ্বিন্দুস্তং পতদ্বিন্দুং
রতিকালে পতন্তং বিন্দুমভ্যাসেন বজ্রোলীমুদ্রাভ্যাসেনোদ্ধমুপর্ধ্যাহরেদাক-
র্ষণয়েৎ । পতনাং পূর্বমেব । যদি পতনাং পূর্বং বিন্দোরাকর্ষণং ন স্ত্যং
তর্হি পতিতমাকর্ষণেদিত্যাহ চলিতং চেতি । চলিতং নারীভগে পতিতং
নিজং স্বকীয়ং বিন্দুং চকারান্তদ্রজঃ উদ্ধমুপর্ধ্যাহৃত্য রক্ষয়েৎ স্থা-
পয়েৎ ॥ ৮৭ ॥

বজ্রোলীপুণানাহ এবমিতি । এবমুক্তরীত্যা বিন্দুং যঃ সংরক্ষয়েৎ

সুগন্ধো যোগিনো দেহে জায়তে বিন্দুধারণাৎ ।

যাবদ্বিন্দুঃ স্থিরো দেহে তাবৎ কালভয়ং কুতঃ ॥ ৮৯ ॥

চিত্তায়ত্ত্বং নৃণাং শুক্রেং শুক্রেণ্ডত্ত্বং জীবিতম্ ।

তস্মাচ্ছুক্রেং মনশ্চৈব রক্ষণীয়ং প্রযত্নতঃ ॥ ৯০ ॥

ঋতুমত্যা রজোহপ্যেবং নিজং বিন্দুং চ রক্ষয়েৎ ।

মেত্রেণাকর্ষয়েদুর্দ্ধং সমাগভ্যাসযোগবিৎ ॥ ৯১ ॥

সম্যক্ রক্ষয়েৎ স যোগবিদ্যোগাভিজ্ঞো মৃত্যুং জয়ত্যাভিভবতি । যতো বিন্দোঃ শুক্রেণ্ড পাতেন পতনেন মবণং ভবতি । বিন্দোদ্ধাবণং বিন্দুধারণং তস্মাদ্বিন্দু-
ধারণাজীবনং ভবতি । তস্মাদ্বিন্দুং সংবক্ষয়েদিত্যর্থঃ ॥ ৮৮ ॥

সুগন্ধ ইতি । যোগিনো বজ্রোক্তভ্যাসিনো দেহে বিন্দোঃ শুক্রেণ্ড ধারণং বিন্দুধারণং তস্মাৎ সুগন্ধঃ শোভনো গন্ধো জায়তে প্রাপ্তিভবতি । দেহে যাবৎ বিন্দুঃ স্থিৰস্তাবৎ কালভয়ং মৃত্যুভয়ং কুতঃ ন কুতোহপীত্যর্থঃ ॥ ৮৯ ॥

চিত্তায়ত্ত্বমিতি । হি যস্যামৃণাং শুক্রেং বীৰ্য্যং চিত্তায়ত্ত্বং চিত্তে চলে চল-
স্বাক্ষিতে স্থিরে স্থিৰস্বাক্ষিতে চিত্তাধীনং জীবিতং জীবনং শুক্রেণ্ডত্ত্বং শুক্রে
স্থিরে জীবনাচ্ছুক্রে নষ্টে মরণং শুক্রেণ্ডীনং তস্মাচ্ছুক্রেং বিন্দুং মনশ্চ মানসং চ
প্রকৃষ্টাং যত্নাদিতি প্রযত্নতঃ রক্ষণীয়মেব । অবশ্যং রক্ষণীয়মিত্যর্থঃ । এবশকো
ভিন্নক্রেমঃ ॥ ৯০ ॥

ঋতুমত্যা ইতি । এবং পূর্বোক্তেনাভ্যাসেন ঋতুর্কির্দ্যতে যন্তাঃ সা ঋতু-
মতী তস্মাৎ ঋতুমত্যা ঋতুমাতায়াঃ স্ত্রিয়ো বেতঃ নিজং স্বকীয়ং বিন্দুং বক্ষ-
য়েৎ । পূর্বোক্তাভ্যাসং দর্শয়তি মেত্রেণেতি অভ্যাসো বজ্রোক্তভ্যাসঃ
স এব যোগো যোগসাধনস্তাৎ তৎ বেত্তীভ্যাসযোগবিৎ মেত্রেণ গুহোক্ত্রি-
য়েণ সম্যগ্ যত্নপূর্বকমুর্দ্ধমপর্ধ্যাকর্ষয়েৎ । রজো বিন্দুং চেতি কস্মাধ্যাহারঃ ।
অয়ং শ্লোকঃ ক্ষিপ্তঃ ॥ ৯১ ॥

সহজোলিচ্চামরোলির্কজ্রোলা ভেদ একতঃ ॥ ৯২ ॥

জলেষু ভস্ম নিক্ষিপ্য দন্ধগোময়সম্ভবম্ ।

বজ্রোলীমৈথুনাদূর্দ্ধং স্ত্রীপুংসোঃ স্বাস্থ্যলেপনম্ ।

আসীনয়োঃ স্থথেনৈব মুক্তব্যাপারয়োঃ ক্ষণাৎ ॥ ৯৩ ॥

সহজোলিরিয়ং প্রোক্তা শ্রদ্ধেয়া যোগিভিঃ সদা ।

অয়ং শুভকরো যোগো ভোগযুক্তোহপি মুক্তিদঃ ॥ ৯৪ ॥

সহজোল্যমবোল্যো বিবক্ষুস্তরোর্কজ্রোলীবিশেষত্বমাহ সহজোলি-
শ্চেতি । বজ্রোল্যা ভেদো বিশেষঃ সহজোলিরমরোলিচ্চ । তত্র হেতুঃ
একতঃ একত্বাদেকফলত্বাদিত্যর্থঃ । একশব্দাদ্যবপ্রধানাং পঞ্চম্যাস্তিসিঃ ॥ ৯২ ॥

সহজোলিমাহ জলেবিতি । গোঃ পুৰীষাণি গোময়ানি দন্ধানি চ তানি
গোময়ানি চ দন্ধগোময়ানি তেষু সম্ভব উৎপত্তির্ঘৃণ্য তদন্ধগোময়সম্ভবং শো-
ভনং ভস্ম বিভূতিঃ তং জলে তোমে নিক্ষিপ্য তোয়মিশ্রং কৃত্বৈত্যর্থঃ ।
বজ্রোলীমুদ্রার্থং মৈথুনং তস্মাদূর্দ্ধমনন্তরং স্থথেনৈবানন্দেনৈবাসীনয়োরুপবি-
ষ্টয়োঃ ক্ষণাদ্রুত্বে-সবান্মুক্তস্ত্যক্তো ব্যাপারো রতিক্রিয়া যাভ্যাং তৌ মুক্তবা-
পারৌ তবোন্মুক্তব্যাপাবয়োঃ । স্ত্রী চ পুমাং-চ স্ত্রীপুংসৌ তয়োঃ স্ত্রীপুংসোঃ
স্বাস্থ্যলেপনং শোভনান্যদ্বানি স্বাস্থ্যানি মুক্লললাটিনেত্রহৃদয়স্কন্ধভুজাদীনি তেষু
লেপনং ॥ ৯৩ ॥

সহজোলিরিতি । ইয়মুক্তা ক্রিয়া সহজোলিরিতি প্রোক্তা কথিতা যোগি-
ভির্নৃশ্চেন্দ্রাদিভিঃ । কীদৃশী সদা শ্রদ্ধেয়া সর্বদা শ্রদ্ধাতুং যোগ্যা । অয়ং
সহজোল্যাখ্যো যোগ উপায়ঃ শুভকরঃ শুভং শ্রেয়ঃ করোতীতি শুভকরঃ ।
যোগঃ সংহননোপায়ধানসঙ্গতিযুক্তিস্থিত্যভিধানাং । কীদৃশো যোগঃ ভো-
গেন যুক্তোহপি মুক্তিদো মোক্ষদঃ ॥ ৯৪ ॥

অয়ং যোগঃ পুণ্যবতাং ধীরাণাং তত্ত্বদর্শিনাম্ ।

নির্ম্মংসরাণাং সিধ্যত ন তু মংসরশালিনাম্ ॥ ৯৫ ॥

অথামরোলী ।

পিত্তোল্লগত্বাং প্রথমাম্মুদারং

বিহায় নিঃসারতয়াস্ত্যধারং ।

নিষেব্যাতে শীতলমধাধারা

কাপালিকে খণ্ডমতেহমরোলী ॥ ৯৬ ॥

অমরীং যঃ পিপেমিতাং নস্ত্রং কুর্কন্ দিনে দিনে ।

বজ্রোলীমভ্যসেং সম্যগমরোলীতি কথ্যতে ॥ ৯৭ ॥

অয়ং যোগ ইতি । অয়মুক্তো যোগঃ পুণ্যং বিদ্যতে যেষাং তে পুণ্যবন্তঃ
স্মৃতিনিস্তেষাং পুণ্যবতাং ধীরাণাং ধৈর্য্যবতাং তত্ত্বং বাস্তবিকং পশুস্তীতি-
তত্ত্বদর্শিনস্তেষাং তত্ত্বদর্শিনাং মংসরান্নিক্রান্তা নির্ম্মংসরাস্তেষাং নির্ম্মংসরাণা-
মন্যগুণদ্বৈষরহিতানাং । মংসরোহন্যগুণদ্বৈষ ইত্যমরঃ । তাদৃশানাং পুংসাং
সিধ্যত সিদ্ধিং গচ্ছেৎ । মংসরশালিনাং মংসরবতাং তু ন সিদ্ধেৎ ॥ ৯৫ ॥

অমরোলীমাহ পিত্তোল্লগত্বাদিতি । পিত্তেন্নোষণোংকটা পিত্তোল্লগা
তস্তা ভাবঃ পিত্তোল্লগত্বং তস্যাং । প্রথম। পূর্বা যাম্বুনঃ শিবাম্বুনো ধারা
তাং বিহায় শিবাম্বুনির্গমনসময়ে কিঞ্চিৎ পূর্বাং ধারাং ত্যক্তা নির্গতঃ সাবো
ষষ্ঠাঃ সা নিঃসারা তস্তা ভাবো নিঃসারতা তয়া নিঃসারতয়া নিঃসারহুনাস্ত্য-
ধারা অন্ত্যা চরমা বা ধারা তাং বিহায় কিঞ্চিদন্ত্যাং ধারাং ত্যক্তা । শীতলা
পিত্তাদিদোষসারস্বরহিতা বা মধ্যধারু মধ্যমা ধারা সা নিষেব্যতে নিতরাং
সেব্যতে । খণ্ডো যোগবিশেষো মতোহভিমতো যস্ত স খণ্ডমতস্তস্মিন্ খণ্ড-
মতে কাপালিকস্ত্রায়াং কাপালিকস্তস্মিন্ কাপালিকে খণ্ডকাপালিকসম্প্রদায়
ইত্যর্থঃ । অমরোলী প্রসিদ্ধেতি শেষঃ ॥ ৯৬ ॥

অমরোলীমিতি । অমরীং শিবাম্বু যঃ পুমান্ নিত্যং পিবেৎ । নস্ত্রং কুর্কন্
খাসেনামর্ষ্য ভ্রাপ্তস্তগ্রহণং কুর্কন্ সন্ দিনে দিনে প্রতিদিনং বজ্রোলীং

অভ্যাসান্নিসৃত্যং চান্দ্রীং বিভূত্যা সহ মিশ্রয়েৎ ।

ধারয়েদুত্তমাস্থেষু দিব্যদৃষ্টিঃ প্রজায়তে ॥ ৯৮ ॥

পুংসো বিন্দুং সমাকৃষ্য সমাগভ্যাসপাটবাৎ ।

যদি নারী রজো রক্ষেদ্বজ্রোন্মীয়া সাপি যোগিনী ॥ ৯৯ ॥

তস্তাঃ কিঞ্চিদ্রজো নাশং ন গচ্ছতি ন সংশয়ঃ ।

তস্তাঃ শরীরে নাদশ্চ বিন্দুতামেব গচ্ছতি ॥ ১০০ ॥

মেহনেন শঠৈরতি শ্লোকেনোক্তং সমাগভ্যাসেং সামরোলীতি কথ্যতে ।
কাপালিকৈরতি শেষঃ । অমরীপাতামরী । নম্রপূর্ষিকা বজ্রোল্যমবোলী-
শকেনোচ্যতে ইত্যর্থঃ ॥ ৯৭ ॥

অভ্যাসাদিতি । অভ্যাসাদমরোল্যভ্যাসাং নিঃসৃত্যং নির্গতাং চান্দ্রীং
চন্দ্রেয়ং চান্দ্রী তাং চান্দ্রীং সুধাং বিভূত্যা ভস্মনা সহ মাকং মিশ্রয়েৎ সং-
যোজয়েৎ । উত্তমাস্থেষু শিরঃকপালনেত্রঃককর্ভদয়ভুজাদিষু ধারয়েৎ ।
ভস্মমিশ্রিতাং চান্দ্রীমিতি শেষঃ । দিব্যা অতীতানাগতবর্তমানব্যবহিতবিপ্রকৃষ্ট-
পদার্থদর্শনযোগ্যা দৃষ্টির্ষজ্ঞ স দিব্যদৃষ্টির্দিব্যদৃক্ প্রজায়তে প্রকর্ষণে জায়তে ।
অমরীসেবনপ্রকারবিশেষাঃ শিবাস্থকল্যাদবগন্তব্যাঃ ॥ ৯৮ ॥

পুংসো বজ্রোণীসাধনমুক্ত্য । নার্যাস্তদাহ পুংসো বিন্দুমিতি । সমাগ-
ভ্যাসস্ত সমাগভ্যাসনস্ত পাটবং পট্টং তস্যাং পুংসঃ পুরুষস্ত বিন্দুং বীৰ্য্যং
সমাকৃষ্য সমাগাক্ষ্য নারী স্ত্রী যদি রজো বজ্রোল্যা বজ্রোলীমুদ্রয়া রক্ষেৎ ।
সাপি নারী যোগিনী প্রশংসযোগবতী জ্ঞেয়া । পুংসো বিন্দুসমাক্ষিপ্তমিতি
পাঠে তু এতদ্রজসো বিশেষণং ॥ ৯৯ ॥

নারীকৃতয়া বজ্রোণ্যাঃ ফলমাহ তস্তা ইতি । তস্তা বজ্রোল্যভ্যাসন-
শীলয়া নার্যা রজঃ কিঞ্চিৎ কিমপি স্বল্পমপি নাশং ন গচ্ছতি নষ্টং ন ভংগি-
ততনং ন প্রাপ্নোতি ইত্যর্থঃ । অত্র সংশয়ো ন সন্দেহো ন । তস্তা নার্যাঃ
শরীরে নাদশ্চ বিন্দুতামেব গচ্ছতি যুলাধারাহুধিতো নাদো তদ্বদয়োপরি বিন্দু-
তাবং গচ্ছতি । বিন্দুনা সহৈকীভবতীত্যর্থঃ । অমৃতসিদ্ধৌ ।

স বিন্দুস্তদ্রজৈশ্চব একীভূয় স্বদেহগৌ ।
 বজ্রোলাভ্যাসযোগেন সৰ্বসিদ্ধিং প্রযচ্ছতঃ ॥ ১০১ ॥
 রঞ্জেদাকুণ্ডনাদূৰ্দ্ধং বা রজঃ সা হি যোগিনী ।
 অতীতানাগতং বেত্তি খেচরী চ ভবেৎক্ষবম্ ॥ ১০২ ॥
 দেহসিদ্ধিং চ লভতে বজ্রোলাভ্যাসযোগতঃ ।
 অয়ং পুণ্যকরো যোগো ভোগে ভুক্তেহপি মুক্তিদঃ ॥ ১০৩ ॥

রীজং চ পৌরুষং প্রোক্তং রজশ্চ স্ত্রীসমুদ্ভবং ।

অনয়োৰ্বাহযোগেন স্ফুটিঃ সংজায়তে নৃণাং ॥

ষদাভ্যাস্তরযোগঃ স্মাতদা যোগীতি গীয়তে ।

বিন্দুস্তদ্রময়ঃ প্রোক্তো রজঃ সূর্য্যময়স্তথা ॥

অনয়োঃ সঙ্গমাদেব জায়তে পরমং পদং ।

স্বর্গদো মোক্ষদো বিন্দুর্দুর্গমদোহধর্মদস্তথা ॥

তন্মধ্যে দেবতাঃ সৰ্বাস্তিষ্ঠন্তে স্তম্বরূপতঃ । ইতি ॥ ১০০ ॥

বিন্দুরিতি । স পুংসো বিন্দুস্তদ্রজো নার্য্যা রজৈশ্চব বজ্রোলাভ্যাসা অভ্যা-
 সো বজ্রোলাভ্যাসঃ সএব যোগন্তেনেকীভূয় মিলিত্বা স্বদেহগৌ স্বদেহে গতো
 সৰ্বসিদ্ধিং প্রযচ্ছতঃ দত্তঃ ॥ ১০১ ॥

রঞ্জেদিতি । বা নার্য্যাকুণ্ডনাদ্যোনিসঙ্কেচনাদূৰ্দ্ধমুপরিস্থানে নীত্বা রজো
 রঞ্জেৎ । হীতি প্রসিদ্ধং যোগশাস্ত্রে । সা যোগিন্যতীতানাগতং ভূতং
 ভবিষ্যৎ চ বস্ত্ৰ বেত্তি জানাতি ক্ষবমিতি নিশ্চিতং খেচরিক্ষে চরতীতি
 খেচর্য্যস্তরিক্ষচারী ভবেৎ ॥ ১০২ ॥

দেহসিদ্ধিমিতি । বজ্রোলাভ্যাসস্ত যোগো যুক্তিস্তম্বাদেহস্ত সিদ্ধিঃ ।
 রূপলাবণ্যবলবজ্রসংহননতরুপাং লভন্তে । অয়ং যোগো বজ্রোলাভ্যাসযোগঃ
 পুণ্যকরোহৃষ্টবিশেষজনকঃ । কীদৃশো যোগঃ ভূজ্যত ইতি ভোগো বিষঃ
 স্তশ্মিন্ ভুক্তেহপি মুক্তিদো মোক্ষদঃ ॥ ১০৩ ॥

অথ শক্তিচালনং ।

কুটিলান্ধী কুণ্ডলিনী ভুজঙ্গী শক্তিরীশ্বরী ।

কুণ্ডল্যরুদ্ধতী চৈতে শব্দাঃ পর্য্যায়বাচকাঃ ॥ ১০৪ ॥

উদ্বাটেয়েৎ কপাটন্ত যথা কুঞ্চিকয়া হঠাৎ ।

কুণ্ডলিন্যা তথা যোগী মোক্ষদ্বারং বিভেদয়েৎ ॥ ১০৫ ॥

যেন মার্গেণ গন্তব্যং ব্রহ্মস্থানং নিরাময়ম্ ;

মুখেনাচ্ছাদ্য তদ্বারং প্রসুপ্তা পরমেশ্বরী ॥ ১০৬ ॥

কন্দোর্দ্ধং কুণ্ডলীশক্তিঃ সুপ্তা মোক্ষায় যোগিনাম্ ।

বন্ধনায় চ মূঢ়ানাং যন্তাং বেত্তি স যোগবিৎ ॥ ১০৭ ॥

শক্তিচালনং বিবক্ষুস্তদুপোদ্যাততয়া কুণ্ডলীপর্য্যায়স্তথা মোক্ষদ্বারবিভেদনাদিকঞ্চ হ সপ্তভিঃ । কুটিলান্ধীতি । (১) কুটিলান্ধী (২) কুণ্ডলিনী (৩) ভুজঙ্গী (৪) শক্তিঃ (৫) ঐশ্বরী (৬) কুণ্ডলী (৭) অরুদ্ধতী চৈতে সপ্ত শব্দাঃ পর্য্যায়বাচকা একার্থবোধকাঃ ॥ ১০৪ ॥

উদ্বাটেয়েদিতি । যথা যেন প্রকারেণ পূম্ভান্ কুঞ্চিকয়া কপাটার্গলোৎ-সারণসাধনভূতয়া হঠাৎ বলাৎ কপাটমবরুদ্ধাটিয়েহুৎসারয়েৎ । হঠাদিতি দেহলীদীপন্যাযেনোভয়ত্র সম্ভব্যাতে । তথা তেন প্রকারেণ যোগী হঠান্ধ-ঠাভ্যাসাৎ কুণ্ডলিন্যা শক্ত্যা মোক্ষদ্বারং মোক্ষস্ত দ্বাবং প্রাপকং সুষুম্নামার্গং বিভেদয়েদ্বিশেষেণ ভেদয়েৎ । তয়োর্দ্ধিমায়মমৃতমুমেতীতি শ্রুতেঃ ॥ ১০৫ ॥

যেনেতি । আমরো রোগজন্যং হুঃখং হুঃখমাত্রোপলক্ষণং তন্মার্গিগতং নিরাময়ং হুঃখমাত্ররহিতং ব্রহ্মস্থানং ব্রহ্মাবিভাবজনকং স্থানং ব্রহ্মস্থানং ব্রহ্ম-রুদ্ধং । তন্ত্রাঃ শিখায়া মধ্যে পরমাত্মা ব্যবস্থিত ইতি শ্রুতেঃ । যেন মার্গেণ সুষুম্নামার্গেণ গন্তব্যং গমনার্থমস্তি তদ্বারং তন্ত্র মার্গস্ত দ্বারং প্রবেশমার্গং মুখেনাচ্ছাদ্য রুদ্ধা পরমেশ্বরী কুণ্ডলিনী । প্রসুপ্তা নিদ্রিতাস্তি ॥ ১০৬ ॥

কন্দোর্দ্ধ ইতি । কুণ্ডলীশক্তিঃ কন্দোর্দ্ধে কন্দ্রোপরিভাগে যোগিনাং মোক্ষায় সুপ্তা মূঢ়ানাং বন্ধনায় সুপ্তা । যোগিনস্তাং চালয়িত্বা যুক্তা ভবন্তি ।

কুণ্ডলী কুটীলাকারা সর্পবৎ পরিকীর্তিতা।

সা শক্তিশ্চালিতা যেন স যুক্তো নাত্র সংশয়ঃ ॥ ১০৮ ॥

গঙ্গাযমুনয়োর্মধ্যে বালরগুং তপস্বিনীং ।

শলাংকারেণ গৃহীয়াং তদ্বিষ্ণোঃ পরমং পদং ॥ ১০৯ ॥

ইড়া ভগবতী গঙ্গা পিঙ্গলা যমুনা নদী ।

ইড়াপিঙ্গলয়োর্মধ্যে বালরগু। চ কুণ্ডলী ॥ ১১০ ॥

পুচ্ছে প্রগৃহ্য ভূজগীং স্পৃষ্টামুদ্বোধয়েচ্চ তাম্ ।

নিদ্রাং বিহায় সা শক্তিরুর্দ্ধমুত্তীর্ণতে হঠাৎ ॥ ১১১ ॥

মৃত্যুদজ্ঞানাদ্রাস্তিষ্ঠতীতি ভাবঃ । তাং কুণ্ডলিনীং যো বেত্তি স যোগবিৎ ।

সর্কেবাং যোগতত্ত্বাণাং কুণ্ডল্যাশ্রয়াদিত্যর্থঃ ॥ ১০৭ ॥

কুণ্ডলীতি । কুণ্ডলী শক্তিঃ সর্পবৎ ভূজগবৎ কুটিল আকারঃ স্বরূপং
যন্তাঃ সা কুটীলাকারা পরিকীর্তিতা কথিতা যোগিভিঃ । সা কুণ্ডলীশক্তির্ধেন
পুংসা চালিতা মূলধারাদ্বন্ধং নীতা স মৃত্যুদজ্ঞানবন্ধানিবৃত্তঃ অত্রাস্মিন্নর্থ
সংশয়ো ন সন্দেহো নাকীত্যর্থঃ । তয়োর্দ্ধমায়মমৃতত্বমেতীতি শ্রুতেঃ ॥ ১০৮ ॥

গঙ্গাযমুনয়োরিতি । গঙ্গাযমুনয়োরাদাধাধেয়ভাবেন তয়োর্ভাবনাপাঙ্গা-
যমুনয়োরভেদেন ভাবনাদ্বা গঙ্গাযমুনে ইড়াপিঙ্গলে তয়োর্মধ্যে অমুমার্নে
তপস্বিনীং নিরশনস্থিতেঃ । বালরগুং বালরগুশব্দবাচ্যাং কুণ্ডলীং বলাং-
কারেণ হঠেন গৃহীয়াং । তৎতত্ৰা গঙ্গাযমুনয়োর্মধ্যে গ্রহণং বিষ্ণোর্হৈবৈর্ব্যা-
পকত্বান্ননো বা পরমং পদং পরমপদপ্রাপকং ॥ ১০৯ ॥

গঙ্গাযমুনাদিপদার্থমাহ । ইড়েতি ইড়া বামনিঃশ্বাসা নাড়ী ভগবতৌ-
স্বর্ধ্যাদিসম্পন্না গঙ্গা গঙ্গাপদবাচ্যা পিঙ্গলা দক্ষিণনিশ্বাসা যমুনা যমুনাশব্দ-
বাচ্যা নদী । ইড়াপিঙ্গলয়োর্মধ্যে মধ্যগতা যা কুণ্ডলী সা বাগরগুা বালরগুা
শব্দবাচ্যা ॥ ১১০ ॥

শক্তিচালনমাহ পুচ্ছে ইতি । স্পৃষ্টাং নিদ্রিতাং ভূজগীং তাং কুণ্ডলিনীং
পুচ্ছে গৃহীত্বোদ্বোধয়েৎ প্রবোধয়েৎ সা শক্তিঃ কুণ্ডলী নিদ্রাং বিহায় হঠা-
দুর্দ্ধং তিষ্ঠত ইত্যবয়বঃ । এতৎ রহস্যং তু গুরুমুখাদবগন্তব্যং ॥ ১১১ ॥

অবস্থিতা চৈব কণাবতী না

প্রাতঃচ নায়ং প্রহরার্দ্ধমাত্রম্ ।

প্রপূর্ণা সূর্যাং পরিধানযুক্ত্যা

প্রপূহ্য নিতং পরিচালনীয়া ॥ ১১২ ॥

উর্দ্ধং বিতস্তমাত্রং তু বিস্তারং চতুরঙ্গুলম্ ।

মুদুলং ধবলং প্রোক্তং বেষ্টিতাম্বরলক্ষণম্ ॥ ১১৩ ॥

অস্থিতা ইতি । অবস্থিতাৰ্দ্ধাঙ্কস্থিতা মূলধারস্থিতা কণাবতী ভূজস্রী
সাকুণ্ডনী সূর্য্যাদাৰ্ধ্যা সূর্য্যং পূৰ্ণং কৃত্বা পরিধানে যুক্তিস্তরা পরিধানযুক্ত্যা
প্রপূহ্য গৃহীত্বা । সায়ং সূর্য্যাস্তসময়ে প্রাতঃ সূর্য্যোদয়বেলায়াং নিত্যমহরহঃ
প্রহরস্ত্রয়ান্ধার্কিং প্রহরার্দ্ধং প্রহরার্দ্ধমেব প্রহরার্দ্ধমাত্রং যুহুর্ভদ্রমাত্রং পরি-
চালনীয়া পরিত্যাগ্যনিকুং যোগ্যা । পরিধানযুক্তির্দেশিকাছোধ্যা ॥ ১১২ ॥
কন্দমংগীড়নেন শক্তিচালনং বিবঙ্গুরাদৌ কন্দম্ স্থানং স্বরূপং চাহ উর্দ্ধ-
মিতি । মূলস্থানাদিতস্তিনাত্রং বিতস্তিপ্রমাণমূর্দ্ধমুপরি নাভিমেট্রয়োৰ্দ্ধাধ্যৈ ।
এতেন কন্দম্ স্থানমুক্তং । তথাচোক্তং

উর্দ্ধং মেট্রাদধো নাভেঃ কন্দযোনিঃ খগাস্তবং ।

তত্র নাভ্যঃ সমুৎপন্নাঃ সহস্রাণাং দ্বিসপ্ততিঃ ॥

ইতি গোরক্ষশতকে ।

শুদান্তু দ্ব্যঙ্গুলাদূর্দ্ধং মেট্রাভ্যুদ্ব্যঙ্গুলাদধঃ ।

দেহমধ্যং তনোৰ্দ্ধাধ্যং মনুজানামিতীরিতং ॥

কন্দস্থানং মনুষ্যাণাং দেহমধ্যান্নবাসুলং ।

চতুরঙ্গুলবিস্তারমারামং চ তথাবিধং ॥

অণ্ডাকৃতিবদাকার ভূমিতং চ স্তম্বাদিভিঃ ।

চতুস্পদাং তির্য্যচাং চ দ্বিজানাং তুন্দমধ্যগম্ ॥

ইতি যাজ্ঞবল্ক্যঃ ।

সতি বজ্রাসনে পাদৌ করাভ্যাং ধারয়েদ্দৃঢ়ম্ ।

গুল্ফদেশসমীপে চ কন্দং তত্র প্রপীড়য়েৎ ॥ ১১৪ ॥

বজ্রাসনে স্থিতো যোগী চালয়িত্বা চ কুণ্ডলীম্ ।

কূর্যাদনন্তরং ভস্ত্রাং কুণ্ডলীমাশু বোধয়েৎ ॥ ১১৫ ॥

ভানোরাকুঞ্চনং কূর্য্যাং কুণ্ডলীং চালয়েৎ ততঃ ।

মৃত্যুবল্লগতস্ত্যপি তস্মৈ মৃত্যুভয়ং কুতঃ ॥ ১১৬ ॥

ওদাদ্যঙ্গুলোপৰ্য্যেকাঙ্গুলং মধ্যং তন্মাম্বাঙ্গুলং কন্দস্থানং গিলিত্বা দ্বাদশাঙ্গুল-
প্রমাণং বিতস্তিমাত্রং জাতং চতুর্গামঙ্গুলীনাং সমহারশ্চতুরঙ্গুলং চতুৰঙ্গুল-
প্রমাণং বিস্তাৰং । বিস্তারো দৈৰ্ঘ্যস্ত্যাপ্যপলক্ষণং । চতুরঙ্গুলং দীৰ্ঘকং মহলং
কৌমলং ধবলং শুভ্রং বেষ্টিতং বেষ্টনাকারীকৃতং যদম্বরং বস্ত্রং তস্মৈ লক্ষণং
স্বরূপমিব লক্ষণং স্বরূপং যস্মৈ তাদৃশং প্রোক্তং কথিতং কন্দস্বরূপং যোগি-
ভিরিতি শেষঃ ॥ ১১৩ ॥

সতীতি । বজ্রাসনে কুতে সতি করাভ্যাং হস্তাভ্যাং গুল্ফৌ পাদদ্বয়-
তয়োর্দেশৌ প্রদেশৌ তয়োঃ সমীপে গুল্ফাভ্যাং কিঞ্চিৎপরি । তদ্ব্যঙ্গী
ঘুটিকে গুল্ফাবিত্যমরঃ । পাদৌ চরণৌ দৃঢ়ং গাঢ়ং ধারয়েৎ গৃহীয়াং ।
চকারাক্তাভ্যাং পাদাভ্যাং তত্র কন্দস্থানে কন্দং প্রপীড়য়েৎ প্রকর্ষণে পীড়-
য়েৎ । গুল্ফাদ্ধ্বং করাভ্যাং পাদৌ গৃহীত্বা নাভেরধোভাগে কন্দং পীড়য়ে-
দিত্যর্থঃ ॥ ১১৪ ॥

বজ্রাসন ইতি । বজ্রাসনে স্থিতো যোগী কুণ্ডলীং চালয়িত্বা শক্তিচালন-
মুদ্রাং কৃত্বৈত্যর্থঃ । অনন্তরং শক্তিচালনানন্তরং ভস্ত্রাং ভস্ত্রাধ্যং কুস্তকং
কূর্য্যাং । এবং রীত্যা কুণ্ডলীং শক্তিমাশু শীঘ্রং বোধয়েৎ প্রবুদ্ধাং কূর্য্যাং ।
বজ্রাসনে শক্তিচালনস্ত পূৰ্ণং বিধানেনহপি পুনর্কবজ্রাসনোপপাদনং শক্তিচাল-
নানন্তরং ভস্ত্রায়াং বজ্রাসনমেব কৰ্ত্তব্যমিতি নিয়মার্থঃ ॥ ১১৫ ॥

ভানোরিতি । ভানোন'ভিদেশস্থস্ত স্বর্ঘ্যস্ত্যাকুঞ্চনং কূর্য্যাং । নাভেরা-
কুঞ্চনেনৈব তস্ত্যাকুঞ্চনং ভবতি । ততঃ ভানোরাকুঞ্চনাং কুণ্ডলীং শক্তিং

মুহূর্ত্তদ্বয়পর্যন্তং নির্ভয়ং চালনাদমৌ ।

উর্দ্ধমাকুষাতে কিঞ্চিৎ সুষুম্নায়াং সমুদ্রগতা ॥ ১১৭ ॥

তেন কুণ্ডলিনী তস্মাঃ সুষুম্নায়া মুখং ধ্রুবম্ ।

জহাতি তস্মাৎ প্রাণোহয়ং সুষুম্নাং ব্রজতি স্বতঃ ॥ ১১৮ ॥

তস্মাৎ সঞ্চালয়েন্নিত্যং সূক্ষ্মসুপ্তামরুদ্ধতীম্ ।

তস্মাঃ সঞ্চালনেনৈব যোগী রোগৈঃ প্রমুচ্যতে ॥ ১১৯ ॥

যেন সঞ্চালিতা শক্তিঃ স যোগী সিদ্ধিভাজনম্ ।

কিমত্র বহুনোক্তেন কালং জয়তি লীলয়া ॥ ১২০ ॥

চালয়েৎ । মৃত্যোৰ্কল্পং মুখং গতস্তাপি প্রাপ্তস্তাপি তস্ত পুংসৌ মৃত্যুভয়ং
কালভয়ং কুতঃ । ন কুতোহপীত্যর্থঃ ॥ ১১৬ ॥

মুহূর্ত্তদ্বয়মিতি । মুহূর্ত্তরৌদ্র্যং যুগ্মং ষট্কাচতুষ্টিয়াস্বকং তৎপর্য্যন্তং
তদবধি নির্ভয়ং নিঃশঙ্কং চালনাদমৌ শক্তিঃ সুষুম্নায়াং সমুদ্রগতা সতী কিঞ্চি-
দুর্দ্ধমাকুষাতে আকৃষ্টা ভবতি ॥ ১১৭ ॥

তেনেতি । তেনোর্দ্ধমাকর্ষণেন কুণ্ডলী তস্মাঃ প্রসিদ্ধায়াঃ সুষুম্নায়া মুখং
প্রবেশমার্গং ধ্রুবং নিশ্চিতং জহাতি ত্যজতি । তস্মান্মার্গত্যাগাদয়ং প্রাণবায়ুঃ
স্বতঃ স্বয়মেব সুষুম্নাং ব্রজতি গচ্ছতি । সুষুম্নামুখাং প্রাণেব কুণ্ডলিন্যা নির্গ-
তত্বাদিতিভাবঃ ॥ ১১৮ ॥

তস্মাদিতি । যষাচ্ছক্তিচালনেন প্রাণঃ সুষুম্নাং ব্রজতি তস্মাৎ অথেন
সুপ্তা সূক্ষ্মসুপ্তা তাং সূক্ষ্মসুপ্তামরুদ্ধতীং শক্তিং নিত্যং প্রতিদিনং সঞ্চালয়েৎ
সম্যক্ চালয়েৎ । তস্মাঃ শক্তেঃ সঞ্চালনেনৈব সঞ্চালনমাত্রেন যোগী রোগৈঃ
কালধ্বাসঙ্করাदिभिः प्रमुच्यते अकर्षेण मुक्तो भवति ॥ ১১৯ ॥

যেনেতি । যেন যোগিনা শক্তিঃ কুণ্ডলী সঞ্চালিতা স যোগী সিদ্ধীনা-
মপিমাদীনাং ভাজনং পাত্রং ভবতি । অত্রাশ্বিন্মর্থে বহুজেন বহুপ্রশংসনেন
কিং । ন কিমপীত্যর্থঃ । কালং মৃত্যুং লীলয়া ক্রীড়য়ানায়াসেনৈব জয়ত্যা-
ভিভবতীত্যর্থঃ ॥ ১২০ ॥

ব্রহ্মচর্য্যতশ্চৈব নিত্যং হিতমিতাশিনঃ ।

মণ্ডলাচ্ছাতে সিদ্ধিঃ কুণ্ডল্যভ্যাসযোগিনঃ ॥ ১২১ ॥

কুণ্ডলীং চালয়িত্বা তু ভক্ত্যাং কুৰ্য্যাৎ হি শেষতঃ ।

এবমভ্যাসতো নিত্যং যমিনো যমভীঃ কুতঃ ॥ ১২২ ॥

দ্বাসপ্ততিসহস্রাণাং নাড়ীনাং মলশোধনে ।

কুতঃ প্রক্ষালনোপায়ঃ কুণ্ডল্যভাসনাদৃতে ॥ ১২৩ ॥

ব্রহ্মচর্য্যেতি । ব্রহ্মচর্য্যং শ্রোত্রাদিভিঃ সহোপহ্রসংযমস্তম্ভিন্ রতস্ত
তৎপরস্ত নিত্যং সৰ্ব্বদা হিতং পথ্যং মিতং চতুর্থং শবজ্জিতমম্মাতীতি ভক্ত
কুণ্ডল্যভ্যাসঃ শক্তিচালনাভ্যাসঃ স এব যোগঃ সোহম্মাতীতি স তথা ভক্ত
মণ্ডলাচ্ছারিংশদ্ভিনাস্তাদনন্তরং সিদ্ধিঃ প্রাণায়ামসিদ্ধির্দৃশ্যতে । নাসা-
দক্ষিপমার্গবাহিপবনাং প্রাণোহতিদীর্ঘাকৃতশ্চক্ষ্রাভঃ পরিপূরিতামৃততনুঃ প্রাণ-
যটিকায়ান্ততঃ । হিত্বা কালবিশালবহ্নিবশগং ভ্রুকু নাড়ীগতং তৎকায়ং
কুরুতে পুনর্নবতরং হিরং ধ্রুবং স্বকবং ॥ ১২১ ॥

কুণ্ডলীমিতি । কুণ্ডলীং চালয়িত্বা শক্তিচালনং কৃত্বা । অথানন্তরমেব
ভক্ত্যাং তত্ত্বাধ্যং কুস্তকং কুৰ্য্যাৎ । নিত্যং প্রতিদিনং এবমুক্তপ্রকারেণাভ্য-
সতো যমিনো যোগিনো যমভীৰ্ঘমান্তয়ং কুতঃ । ত কুতোহপীত্যর্থঃ । যো-
গিনো দেহত্যাগস্ত স্বাধীনত্বাদিতি ত্যাংপর্য্যং ॥ ১২২ ॥

দ্বাসপ্ততীতি । দ্বাভ্যামধিকা সপ্ততিঃ দ্বাসপ্ততিসংখ্যকানি সহস্রাণি দ্বা-
সপ্ততিসহস্রাণি তেযাং তৎসংখ্যাকানাং নাড়ীনাং মলশোধনে কৰ্ত্তব্যে সতি
কুণ্ডল্যভাসনচ্ছিত্চালনাভ্যাসাদৃতে বিনা কুতঃ প্রক্ষালনোপায়ঃ ন কুতোহ-
পি । শক্তিচালনাভ্যাসেনৈব সৰ্ব্বাসাং নাড়ীনাং মলশোধনং ভবতীত্যভি-
প্রায়ঃ ॥ ১২৩ ॥

ইয়ং তু মধ্যমা নাড়ী দৃঢ়াভ্যাসেন যোগিনাম্ ।
 আসনপ্রাণসংযামমুদ্রাভিঃ সরলা ভবেৎ ॥ ১২৪ ॥
 অভ্যাসে তু বিনিদ্রাণং মনো ধৃত্বা সমাধিনা ।
 রুদ্রাণী বা পরা মুদ্রা ভদ্রাং সিদ্ধিং প্রযচ্ছতি ॥ ১২৫ ॥
 রাজযোগং বিনা পৃথ্বী রাজযোগং বিনা নিশা ।
 রাজযোগং বিনা মুদ্রা বিচিত্রাপি ন শোভতে ॥ ১২৬ ॥

ইয়ং স্থিতি । ইয়ং মধ্যমা নাড়ী সুষুম্না যোগিনাং দৃঢ়াভ্যাসেনাসনং
 স্বস্তিকাদি প্রাণসংযামঃ প্রাণায়ামঃ মুদ্রা মহামুদ্রাদিঃ । তৈঃ সরলা ঋজী
 ভবেৎ ॥ ১২৪ ॥

অভ্যাস ইতি । সমাধিনেতরবৃত্তিনিরোধরূপেণৈকাগ্রেণ মনো ধৃত্বাস্তঃ-
 করণং ধ্যাননিষ্ঠং কৃৎস্নাভ্যাসে মনঃস্থিতৌ যত্নে বিগতা নিদ্রা যেষাং তে
 তথা তেষাং । নিদ্রাপদমালম্ভোপলক্ষণং । অনলসানামিত্যর্থঃ । রুদ্রাণী
 শান্তবী মুদ্রা বা অথবা পবান্যা উন্মন্যাদিকা ভদ্রাং শুভাং সিদ্ধিং যোগসিদ্ধিং
 প্রযচ্ছতি দদাতি । এতেন হঠযোগোপকাবেকো রাজযোগঃ প্রোক্তঃ ॥ ১২৫ ॥

রাজযোগং বিনা আসনাদীনাং দৈবযর্থ্যমোপচারিকশ্লেষণাহ রাজ-
 যোগমিতি । রুত্য়ন্তরনিবোধপূর্ব্বকাস্থগোচরধারাবাহিকনির্ঝিকল্পকবৃত্তী রাজ-
 যোগঃ হঠং বিনা রাজযোগ ইত্যত্র সূচিতত্ত্বসাধনাভ্যাসো বা তৎ
 বিনা তমূতে পৃথ্বীশব্দেন স্বেদ্যগুণঃ রাজযোগাদাসনং লক্ষ্যতে । রাজযোগং
 বিনা পরমপুরুষার্থফলাসিদ্ধিরিতি হেতুরগ্রেহপি যোজনীয়ঃ । রাজযোগং
 বিনা নিশেব নিশা কুন্তকো ন রাজতে নিশায়াং প্রায়েণ রাজজনসংস্কারাভাবাৎ ।
 নিশা শব্দেন প্রাণসংস্কারাভাবলক্ষণঃ কুন্তকো লক্ষ্যতে । রাজযোগং বিনা
 মুদ্রা মহামুদ্রাদিরূপা বিচিত্রাপি বিবিধাপি বিলক্ষণাপি বা ন রাজতে ন শো-
 ভতে । পক্ষান্তরে । রাজ্ঞো নৃপস্ত যোগো রাজযোগো রাজসম্বন্ধস্তং বিনা
 পৃথ্বী ভূমিনরাজতে শাস্তারং বিনা ভূমৌ নানোপদ্রবসম্ভবাৎ । রাজা

মারুতস্ত বিধিঃ সৰ্ব্বং মনোযুক্তং সমভ্যাসেৎ ।
 ইতরত্র ন কৰ্ত্তব্য। মনোবৃত্তিস্বনীষিণা ॥ ১২৭ ॥
 ইতি মুদ্রা দশ প্রোক্তা আদিনাথেন শস্ত্রনা ।
 একৈকা তাস্ম যমিনাং মহাসিদ্ধিপ্রদায়িনী ॥ ১২৮ ॥
 উপদেশং হি মুদ্রাণাং যো দত্তে সাম্প্রদায়িকম্ ।
 স এব শ্রীগুরুঃ স্বামী সাক্ষাদীশ্বর এব সঃ ॥ ১২৯ ॥

চল্লঃ সোমোহম্বাকং ত্রাঙ্কণানাং রাজ্জেতি ত্রুতেঃ । তস্ত যোগং সম্বন্ধং বিনা
 নিশা রাজ্জিন' রাজতে । রাজযোগং বিনা নৃপসম্বন্ধং বিনা মুদ্রা রাজ্জিভিঃ
 পত্রেষু ক্রিয়মাণশ্চিহ্নবিশেষঃ । বিচিত্রাপি । পৃথ্বীপক্ষে রত্নাদিজনকত্বেন
 বিলক্ষণাপি । নিশাপক্ষে গ্রহনক্ষত্রাদিভির্কিচিত্রাপি । মুদ্রাপক্ষে রেখাভি-
 র্কিচিত্রাপি ন রাজতে ॥ ১২৬ ॥

মারুতস্তেতি । মারুতস্ত বায়োঃ সৰ্ব্বং বিধিঃ কুন্তকমুদ্রাধিদানং মনো-
 যুক্তং মনসা যুক্তং সমভ্যাসেৎ সম্যগভ্যাসেৎ । মনীষিণা বুদ্ধিমতা পুংসা
 ইতরত্র মারুতস্ত বিধেয়ন্যস্মিন্ বিষয়ে মনোবৃত্তিস্বনসো বৃত্তিঃ প্রবৃত্তিন'-
 কৰ্ত্তব্য ন কার্য্যা ॥ ১২৭ ॥

মুদ্রা উপসংহরতি ইতীতি । আদিনাথেন সৰ্ব্বেরপরেণ শস্ত্রনা শং স্তুতং
 ভবত্যস্মাদিতি শস্ত্রেন । ইত্যুক্তরীত্যা দশ দশসংখ্যকা মুদ্রাঃ প্রোক্তাঃ
 কথিতাঃ । তাস্ম মুদ্রাস্থ মধ্যে একৈকাপি প্রত্যেকমপি যা কাচন মুদ্রা যমিনাং
 যমবতাং বোণিনাং মহাসিদ্ধিপ্রদায়িন্যাধিমাতিপ্রদাত্রী বা ॥ ১২৮ ॥

মুদ্রোপদেশ্যেতরং গুরুং প্রশংসতি উপদেশমিতি । যঃ পুমান্ মুদ্রানাং
 সহামুদ্রাদীনাং সাম্প্রদায়াদ্যোগিনাং গুরুপরম্পরারূপাদাগতং সাম্প্রদায়িকমুপ-
 দেশং দত্তে দদাতি । স এব স পুমানেব শ্রীগুরুঃ শ্রীমান্ গুরুঃ সৰ্ব্বগুরুভ্যঃ
 শ্রেষ্ঠ ইত্যর্থঃ । স্বামী প্রভুঃ স এব সাক্ষাৎ প্রত্যক্ষ ঈশ্বর এব সঃ । ঈশ্বর-
 ভিন্ন এব স ইত্যর্থঃ ॥ ১২৯ ॥

তস্মৈ বাক্যপরে ভূত্বা মুদ্রাভাসে সমাহিতঃ ।

অগ্নিমাদগুণৈঃ সার্কং লভতে কালবন্ধনম্ ॥ ১৩০ ॥

ইতি শ্রীস্বাত্মারামযোগীন্দ্রবিরচিতায়াং হঠপ্রদীপিকায়াং

মুদ্রাবিধানং নাম তৃতীয়োপদেশঃ ॥ ৩ ॥

তস্মৈতি । মুদ্রাণামুপদেষ্টু গুবোর্কীক্যপরে বাক্যমাসনকুস্তকাদ্যমুষ্ঠান-
বিষয়কং যুক্তাহারবিহারচেষ্ঠাদিবিষয়কং চ তস্মিন্ পরস্তং পবঃ তৎপরশ্চাদর-
বান্ । আদরশ্চ বিহিততপঃকরণং ভূত্বা সমুদ্রয় মুদ্রাণাং মহামুদ্রাদীনাং ভ্যাসঃ
পৌনঃপুন্যেনাবর্তনং তস্মিন্ মুদ্রাভ্যাসে সমাহিতঃ সাবধানঃ পুরুষোহ-
গ্নিমাদিগুণৈরগ্নিমাদিসিক্তিভিঃ সার্কং সাকং কালস্ত মৃত্যোর্ককনং প্রতারণং
লভতে প্রাপ্নোতি ॥ ১৩০ ॥

ইতি শ্রীহঠপ্রদীপিকাব্যাখ্যায়াং ব্রহ্মানন্দকৃতীয়াং জ্যোৎস্নাভিধায়াং

মুদ্রাকথনং নাম তৃতীয়োপদেশঃ ॥ ৩ ॥

স্বাক্ষরিতঃ

স্বাক্ষরিতঃ

তারিখঃ

ভবানিগুণ, কলিকাতা।

হঠপ্রদীপিকা ।

চতুর্থোপদেশঃ ।

নমঃ শিবায় গুরবে নাদবিন্দুকলাস্বনে ।

নিরঞ্জনপদং যাতি নিত্যং যত্র পরায়ণঃ ॥ ১ ॥

প্রথমদ্বিতীয়তৃতীয়োপদেশোক্তানামাসনকুস্তকমুদ্রাণাং ফলভূতং রাজ-
যোগং বিবক্ষুঃ স্বাস্থ্যারামঃ শ্রেয়াংসি বহুবিঘ্নানীতি তত্র বিঘ্নবাহুল্যস্ত সন্ত-
বাং তন্নিবৃত্তয়ে শিবাভিন্নগুরুনমস্কারায়কং মঙ্গলমাচরতি নম ইতি । শিবায়
জুখরুপায়ৈশ্বর্যভিমায়া বা তনুভূতং । নমস্তে নাথ ভগবন্ শিবায় গুরুরুপিণ
ইতি । গুরবে দেশিকায় যদ্বা গুরবে সর্বান্তর্ধামিতয়া নিখিলোপদেষ্টে
শিবায়ৈশ্বর্যায় । তথা চ পাতঞ্জলহৃতং স পূর্বকেষামপি গুরুঃ কালেনানবচ্ছে-
দাং । নমঃ প্রহরীভাবোহস্ত । কীদৃশায় শিবায় গুরবে নাদবিন্দুকলাস্বনে
কাংশ্চষ্টানির্হাদবদনুরণনং নাদঃ । বিন্দুরণুসারোত্তরভাবী ধ্বনিঃ । কলা
নাদৈকদেশস্তা আত্মা স্বরূপং যস্য স তথা তস্মৈ । নাদবিন্দুকলাস্বনা বর্তমা-
নায়ৈতৎকথং । তত্র নাদবিন্দুকলাস্বনি শিবো গুরো নিত্যং প্রতিদিনং পরায়-
ণোহবহিতঃ পুমান্ । এতেন নাদানুসন্ধানপরায়ণ ইত্যুক্তং পূর্বপাদেন গুরু-
শিবয়োরভেদশ্চ স্মৃতিতঃ । অঞ্জনং মায়োপাধিস্তদ্রহিতং নিরঞ্জনং শুদ্ধং
পদ্যতে গম্যতে যোগিভিরিতি পদং ব্রহ্ম যাতি প্রাপ্নোতি । তথা চ বক্ষ্যতি
নাদানুসন্ধানসমাধিতাজমিত্যাদিনা ॥ ১ ॥

অথেদানীং প্রবক্ষ্যামি সমাধিক্রমমুত্তমম্ ।

মৃত্যুশ্চ জীথোপায়ং ব্রহ্মানন্দকরং পরম্ ॥ ২ ॥

সমাধিক্রমং প্রতিজানীতে অথেতি । অথাসনকুন্তকমুদ্রাকখনানন্তরমিদা-
নীমশ্মিন্নবসবে সমাধিক্রমং প্রত্যাহারাদিকপং প্রবক্ষ্যামি একবর্ষেণ বিবিচ্য
বক্ষ্যামীত্যবয়ঃ । কীদৃশং সমাধিক্রমং । উত্তমং শ্রীআদিনাথোল্লসম্পাদন-
কোটীসমাধিপ্রকারেষুংকুষ্ঠং । পুনঃ কীদৃশং মৃত্যুং কালং হস্তি নিবারয়তীতি
মৃত্যুশ্চ দেহ্য দেহত্যাগজনকং । তত্ত্বজানোদয়মনোনাশবাসনাঙ্কয়েঃ
জ্ঞেয় জীবমুক্তমুখশ্রোপায়ং প্রাপ্তিসাধনং । পুনঃ কীদৃশং পরং ব্রহ্মানন্দকরং
প্রাবন্ধকশ্মক্যে সতি জীবব্রহ্মণোরভেদেনাত্যন্তিকব্রহ্মানন্দপ্রাপ্তিরূপবিদেহ-
মুক্তিকবং । তত্র নিরোধঃ সমাধিনা চিত্তস্ত সসংস্কারাশেষবৃত্তিনিরোধে শান্ত-
যোরমুঢ়াবস্থানিবৃত্তৌ । জীবন্মেবেহ বিদ্বান্ হর্ষশোকাভ্যাং বিমুচ্যত ইত্যাদি
ঔদ্যুক্তনির্লিকারস্বরূপাবস্থিতিরূপা জীবমুক্তির্ভবতি । পরমমুক্তিস্ত প্রাপ্তভো-
গাস্তেহন্তঃকরণগুণানাং প্রতিপ্রসবেনোপাধিকরূপাত্যন্তিকনিবৃত্তাবাত্যন্তিকং
স্বরূপাবস্থানং প্রতিপ্রসবসিদ্ধং । ব্যুৎখাননিবোধসমাধিসংস্কারা মনসি লীয়ন্তে ।
মনোহ্মিতায়ামশ্মিতা মহতি মহান্ প্রধান ইতি চিত্তগুণানাং প্রতিপ্রসবঃ
প্রতিসর্গঃ স্বকারণে লয়ঃ । ননু জীবমুক্তস্ত ব্যুৎখানে ব্রাহ্মণোহহং মনু-
ষ্যোহহং ইত্যাদিব্যবহারদর্শনাচ্চিত্তাদিভিরোপাধিকভাবজননাদম্নেন হৃদ-
স্তেব স্বরূপচ্যুতিঃ শ্রাদ্ধিতি চেন্ন । সংপ্রজ্ঞাতসমাধাবনুভূতাস্তসংস্কারস্ত তদ্বি-
কল্পনিশ্চয়াং । অতাত্তিকান্যথাভাবশ্রাবিকারিত্বাপ্রোজকত্বাং । অম্নেন হৃদস্ত
দধিভাবস্ত তদ্বিক ইতি দৃষ্টান্তবৈষম্যাচ্চ । পুরুষস্ত স্তম্ভঃকরণোপাধিকোহহং
ব্রাহ্মণ ইত্যাদিব্যবহারঃ ক্ষটিকস্ত জবাকুসুমসন্নিধানোপাধিরূপক এব ন তা-
দ্বিকঃ । জবাকুসুমাগমে ক্ষটিকস্ত স্বস্বরূপস্থিতিবদন্তঃকরণস্ত সকলবৃত্তি-
নিরোধে স্বরূপাবস্থিতিবৃচ্ছাতৈব পুরুষস্ত ॥ ২ ॥

রাজযোগঃ সমাধিশ্চ উন্মনী চ মনোন্মনী ।
 অমরত্বং ক্ষয়ন্তত্বং শূন্যাশূন্যং পরং পদং ॥ ৩ ॥
 অমনস্কং তথাঐদ্বৈতং নিরালম্বং নিরঞ্জনম্ ।
 জীবমুক্তিশ্চ সহজা তুর্যা চেতোকবাচকাঃ ॥ ৪ ॥
 সলিলে সৈন্ধবং যদংসাম্যং ভজতি যোগতঃ ।
 তথাত্মমনসোরৈক্যং সমাধিরভিধীয়তে ॥ ৫ ॥
 যদা সংক্ষীয়তে প্রাণো মানসং চ প্রলীয়তে ।
 তদা সমরসত্বকং সমাধিরভিধীয়তে ॥ ৬ ॥
 তৎসমকং দয়োরৈক্যং জীবাত্মপরমাত্মনোঃ ।
 প্রানষ্টসৰ্ব্বসঙ্কল্পঃ সমাধিঃ সৌহৃদিধীয়তে ॥ ৭ ॥
 রাজযোগস্ত মহাত্ম্যং কো বা জানাতি তত্ত্বতঃ ।
 জ্ঞানং মুক্তিঃ স্থিতিঃ সিদ্ধিগুরুবাক্যেণ লভাতে ॥ ৮ ॥

সমাধিপৰ্যায়ান্ব বিশেষণাহ রাজযোগইত্যাদিনা শ্লোকদ্বয়েন । স্পষ্টং ॥ ৩ ॥ ৪ ॥
 ত্রিংশিঃ সমাধিমাংস সলিল ইতি । যদ্যথা সৈন্ধবং সিদ্ধদেবশৌভবং
 লবণং সলিলে জলে যোগতঃ সংযোগাং সাম্যং সলিলসাম্যং সলিলৈকত্বং
 ভজতি প্রাপ্নোতি তথা তদাত্মা চ মনোজ্ঞাত্মনসী তয়োরাত্মমনসোরৈক্যমে-
 কাকারতা । আত্মনি ধারিতং মন আত্মাকারং সদাত্মসাম্যং ভজতি তাৎশ্রমা-
 মনসোরৈক্যং সমাধিরভিধীয়তে সমাধিস্কেনোচ্যত ইত্যর্থঃ ॥ ৫ ॥ ৬ ॥ ৭ ॥
 অথ রাজযোগপ্রশংসা । রাজযোগশ্চেতি । রাজযোগস্থানন্তরমেবোল্লস্তু
 মহাত্ম্যং প্রভাবং তত্ত্বতো বস্তুতঃ কো বা জানাতি । ন কোহপি জানাতী-
 ত্যর্থঃ । তত্ত্বতো বক্তৃমশক্যত্বেহপ্যেকদেশেন রাজযোগপ্রভাবমাহ । জ্ঞানং
 স্বরূপাপরোক্ষানুভবঃ । মুক্তির্নির্দেহমুক্তিঃ । স্থিতির্নির্বিকাবস্বরূপাবস্থিতি-
 রূপা জীবমুক্তিঃ । সিদ্ধিরিমাংসিগুরুবাক্যেণ গুরুবচসা লভাতে । রাজযো-
 গাদিতি শেষঃ ॥ ৮ ॥

দুর্লভো বিষয়ত্যাগো দুর্লভঃ তত্ত্বদর্শনম্ ।

দুর্লভা সহজাবস্থা সদগুরোঃ করুণাং বিনা ॥ ৯ ॥

বিবিধৈরাননৈঃ কুন্তৈর্কিচিদ্ভৈঃ করণৈরপি ।

প্রবুদ্ধায়াং মহাশক্তৌ প্রাণঃ শূন্যে প্রলীয়তে ॥ ১০ ॥

উৎপন্নশক্তিবোধস্তা তাক্তানিশেষকর্মণঃ ।

যোগিনঃ সহজাবস্থা সয়মেব প্রজায়তে ॥ ১১ ॥

দুর্লভ ইতি । বিশেষণে বিষয়বস্তুস্তি প্রমাতারং স্বসঙ্গেনেতি বিষয়া
ঐহিকা দাবাদয় আশুখিকাঃ সুখাদয়স্বেষাং ত্যাগো ভোগেচ্ছাভাবো দুর্লভঃ ।
তত্ত্বদর্শনমাত্মাপারোক্ষানুভবঃ দুর্লভঃ । সহজাবস্থা তুর্ধাবস্থা । সদগুরোঃ
দৃষ্টিঃ স্থিরা যন্ত বিনৈব দৃশ্যমিতি বক্ষ্যমাণলক্ষণস্ত করুণাং দয়াং বিনেতি
সর্বত্র সম্বন্ধ্যতে দুর্লভা লক্ষ্যমশক্যা । তুঃ স্যাৎ কষ্টনিষেধয়োৱিতি কোষঃ ।
গুরুরূপবা তু সর্বং দুর্লভমিতি ভাবঃ ॥ ৯ ॥

বিবিধৈরতি । বিবিধৈবনেকবিধৈরাননৈশ্চৈত্রাদিপীঠৈর্কিচিদ্ভৈর্নান্য-
নাবিধৈঃ কুন্তকৈঃ । বিচিদ্ভৈরতি কাকাক্ষিগোলকন্যায়েনোভয়ত্র সম্বন্ধা-
তে । বিচিদ্ভৈরনেকপ্রকাবকৈঃ করণৈর্হর্ষসিকৌ প্রকটোপকারকৈশ্চহামুদাদি-
ভির্শ্রবশক্তৌ কুণ্ডলিন্যাং প্রবুদ্ধায়াং গতনিদ্রায়াং সত্যং প্রাণো বায়ুঃ শূন্যে
ব্রহ্মবক্রে প্রলীয়তে প্রলয়ং প্রাপ্নোতি । ব্যাপারভাবঃ প্রাণস্ত প্রলয়ঃ ॥ ১০ ॥

উৎপন্নৈতি । উৎপন্নো জাতঃ শক্তিবোধঃ কুণ্ডলীবোধো যন্ত তস্ত ত্য-
ক্তানি পরিত্যজ্যনি নিঃশেষাণি সমগ্রাণি কার্যানি যেন তস্ত যোগিনঃ । আস-
নেন কার্যিকব্যাপারে ত্যক্তে প্রাণেন্দ্রিয়েষু ব্যাপাবস্থিষ্ঠতি । প্রত্যাহারধারণা-
ধ্যানসংপ্রজ্ঞাতসমাধিভির্মানসিকব্যাপাবে ত্যক্তে বুদ্ধৌ ব্যাপারস্থিষ্ঠতি ।
অসঙ্গে হয়ং পুরুষ ইতি ঐতেবপরিণামী শুদ্ধঃ পুরুষঃ মত্তগুণাশ্রিত্য পরি-
ণামিনী বুদ্ধিরিতি । পরবৈবাগ্যেণ দীর্ঘকালসংপ্রজ্ঞাতভ্যাসেনৈব বা বুদ্ধি-
ব্যাপাবে পরিত্যক্তে নির্দিকারস্বরূপাবস্থিতির্ভবতি মৈব সহজাবস্থা তুর্ধাবস্থা
জীবমুক্তিঃ সয়মেব প্রযত্নান্তরং বিনৈব প্রজায়তে প্রাপ্নিভবতি । যেন ত্যক্তানি
তন্ত্যজ্যেতি নিঃসঙ্গপ্রজ্ঞয়া ভবেদিতি চ শ্রুতেঃ ॥ ১১ ॥

স্বযুম্মাবাহিনি প্রাণে শূন্যে বিশতি মানসে ।

তদা সর্ক্সাণি কৰ্ম্মাণি নিৰ্ম্মূলয়তি যোগবিৎ ॥ ১২ ॥

অমরায় নবস্তভ্যং মোহপি কালস্তুয়া জিতঃ ।

পতিতং বদনে যশ্চ জগদেতচ্চরাচরম্ ॥ ১৩ ॥

চিত্তে সমস্তমাপন্যে বায়ৌ ব্রজতি মধ্যমে ।

তদামরোলী বজ্রোলী সহজোলী প্রজায়তে ॥ ১৪ ॥

জ্ঞানং কুতো মনসি সম্ভবতীহ তাবৎ

প্রাণোহপি জীবতি মনো স্মিত্তে ন যাবৎ ।

স্বযুম্মেতি । প্রাণে বায়ৌ স্বযুম্মাবাহিনি মধ্যনাড়ীপ্রবাহিণি সতি মান-
সেহস্তঃকরণে শূন্যে দেশকালবস্তুরিচ্ছেদহীনে ব্রক্ষণি বিশতি সতি তদা
তস্মিন্ কালে যোগবিৎ চিত্তবৃত্তিনিরোধকঃ সর্ক্সাণি কৰ্ম্মাণি স প্রারদ্ধানি নি-
ৰ্ম্মূলানি কৰোতি নিৰ্ম্মূলয়তি নিৰ্ম্মূলশব্দাভ্যংকরোতি ইতি ণিচ্ ॥ ১২ ॥

সমাধ্যভ্যাগেন প্রারদ্ধকৰ্ম্মণোহপ্যভিভবাজ্জিতকালং যোগিনং নমস্করোতি
অমরায়েতি । ন স্মিত্তে ইত্যমরঃ তস্মা অমরায় চিরঞ্জীবিনে তুভ্যং যোগিনে
নমঃ । মোহপি দুর্ক্সাবোহপি কালো মৃত্যুস্তুয়া যোগিনা জিতোহভিভূতঃ ।
ইদং বাক্যং নমস্করণে হেতুঃ । স কঃ যশ্চ কালশ্চ বদনে যুগে এতৎ দৃশ্য-
মানং চরাচরং স্থাবরজঙ্গমং জগৎসংসারঃ পতিতঃ । মোহপি জগদ্বক্ষকোহ-
পীত্যর্থঃ ॥ ১৩ ॥

পূৰ্ব্বোক্তমমরোল্যাদিকং সমাধিসিদ্ধাবেবসিধ্যতীতি সমাধিনিরূপণানন্তরং
সমাধিসিদ্ধৌ তৎসিদ্ধিবিভ্যাহ চিত্ত ইতি । চিত্তেহস্তঃকরণে সমস্তং ধ্যে-
য়াকারবৃত্তিপ্রবাহস্তং আপন্যে প্রাপ্তে সতি বায়ৌ প্রাণে মধ্যমে স্বযুম্মায়াং
ব্রজতি সতীতি চিত্তসমস্তে হেতুঃ । তদা তস্মিন্ কালে অমরোলী বজ্রোলী
সহজোলী চ পূৰ্ব্বোক্তঃ প্রজায়ন্তে নাজিতপ্রাণশ্চ ন বাজিতচিত্তশ্চ সিধ্য-
তীতি ভাবঃ ॥ ১৪ ॥

প্রাণো মনো দ্বয়মিদং বিলয়ং নয়েৎ যো

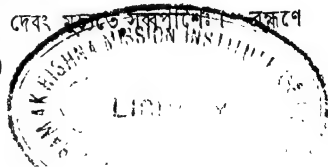
মোক্শং স গচ্ছতি নরো ন কথঞ্চিদনাঃ ॥ ১৫ ॥

হঠাভ্যাসং বিনা জ্ঞানং মোক্ষশ্চ ন সিদ্ধ্যতীত্যাহ জ্ঞানমিতি । যাবৎ প্রাণো জীবতি । অপিশব্দাদিম্মিরাণি জীবন্তি ন তু ম্রিয়ন্তে । যাবন্মনো ন ম্রিয়তে কিন্তু জীবত্যেব । ইড়াপিঙ্গলাভ্যাং বহনং প্রাণস্ত জীবনং । পশু- বিষয়গ্রহণমিম্মিরাণাং জীবনং । নানাবিষয়াকারবৃত্ত্যুৎপাদনং মনসো জীবনং । তত্ত্বদ্রাবতত্ত্বমরণমত্র বিবক্ষিতং নতু স্করুপতন্ত্বেযাং নাশঃ । তাবন্মনস্তন্তঃকরণে জ্ঞানমাত্মাপরোক্ষানুভবঃ কুতঃ সম্ভবতি ন কুতোহপি প্রাণেন্দ্রিয়মনোরত্তীনাং জ্ঞানপ্রতিবন্ধকত্বাদিতি ভাবঃ । প্রাণো মনঃ ইদং দ্বয়ং যো যোগী বিলয়ং নাশং নয়েৎ স মোক্ষমাত্যন্তিকস্বরূপাবস্থানলক্ষণং গচ্ছতি প্রাপ্নোতি । ব্রহ্ম- রন্ধ্রে নির্ভর্যাপারস্থিতিঃ প্রাণস্ত লয়ঃ । ধ্যেয়াকারাবেশাং বিষয়াস্তরণো- পারেণ মনসো লয়োহন্যঃ । অলীনপ্রাণেহলীনমনাশ্চ কথঞ্চিৎপায়শতেনাপি ন মোক্ষং প্রাপ্নোতীত্যর্থঃ । তত্বজ্ঞং যোগবীজৈ ।

নানাবিধৈর্কিচািরৈস্ত ন সাধ্যং জারতে মনঃ ।

তস্মাৎ তস্ত জয়ঃ প্রায়ঃ প্রাণস্ত জয় এব হি ॥ ইতি ॥

নানামার্গৈঃ স্থখপ্রায়ং কৈবল্যং পরমম্পদং । সিদ্ধমার্গেণ লভ্যেত নান্যথা শিবভাবিতমিতি চ । সিদ্ধমার্গো যোগমার্গঃ । এতেন যোগং বিনা জ্ঞানং মোক্ষশ্চ ন সিদ্ধ্যতীতি সিদ্ধং । শ্রুতিস্মৃতিতীতিহাসপুরাণাদিষু চেদং প্রসিদ্ধং । তথাহি অথ তদ্বর্ণনাত্ত্যপায়ো যোগ ইতি তৎ দর্শনমাত্মদর্শনং । অধ্যাত্ম- যোগাধিগমেন দেবং মত্বা ধীরো হর্ষশোকৌ জহাতীতি । শ্রদ্ধাভক্তিধ্যান- যোগাদেবেদ ইতি । যদা পঞ্চাবতিষ্ঠন্তে জ্ঞানানি মনসা সহ । বুদ্ধিশ্চ ন বিচেষ্টেত তামাহঃ পরমাত্মতিং । তাং যোগমিতি মন্যন্তে স্থিরামিম্মিষধারণাং । অপ্র- মত্তস্তদা ভবতীতি । যদাত্মতত্ত্বেন তু ব্রহ্মতত্ত্বং দয়োপমেনেহ যুক্তঃ প্রপঞ্চেৎ । অজ্ঞং ধ্রুবং সর্বতদ্বৈর্কিষুক্তং জ্ঞাত্বা দেবং মনতে যুক্তপাশেন । ব্রহ্মণে



ହାମହମ ଓମିତ୍ୟାନ୍ନାଂ ଦୁଃଖୀତେତି । ତ୍ରିରତଃ ହାପ୍ୟ ସମଶରୀରଃ ତତ୍ତ୍ୱଦୀନ୍ଦ୍ରିୟାଞ୍ଚି
ମନସା ମନିବେଶ୍ଚ ବ୍ରହ୍ମାହ୍ମୟେନ ଶତରେତ ବକ୍ତାନ୍ ଶ୍ରୋତାଂସି ସର୍ବାଞ୍ଚି ଭାବହା-
ନୀତି । ଓମିତ୍ୟେବଂ ଧ୍ୟାୟଥ ଆତ୍ମାନମିତ୍ୟାଦ୍ୟାଃ ଶ୍ରୁତରଃ ।

ଭୂତଭାବ୍ୟାନବେକ୍ଷେତ ଯୋଗେନ ପରମାତ୍ମନଃ ।

ଦେହଦ୍ୱୟଂ ବିହାୟାଶ୍ଚ ମୁକ୍ତୋ ଭବତି ବକ୍ତାଂ ॥

ସତିଧର୍ମପ୍ରକରଣେ ମହଃ ।

ୱିଜ୍ୟାଚାରଦୟାହିଂସାଦାନନ୍ଦାଧ୍ୟାୟ କର୍ମଧାଂ ।

ଅସନ୍ତ ପବମୋ ଧର୍ମୋ ଯଦ୍ୟୋଗେନାତ୍ମଦର୍ଶନଂ ॥ ୱିତି

ସାଞ୍ଜବନ୍ଧ୍ୟାସ୍ମତୌ ।

ଅଗ୍ନିଷ୍ଟୋମାଦିକାନ୍ ସର୍ବାନ୍ ବିହାୟ ଦ୍ୱିଜସତ୍ତମଃ ।

ସୋଗାଭ୍ୟାସରତଃ ଶାନ୍ତଃ ପରଂ ବ୍ରହ୍ମାଧିଗଚ୍ଛତି ॥

ବ୍ରାହ୍ମଣକ୍ଷତ୍ରିୟବିଶାଂ ଶ୍ରୀଶୂଦ୍ରାଣାଞ୍ଚ ପାବନଂ ।

ଶାନ୍ତୟେ କର୍ମଣାମନ୍ୟଦ୍ୟୋଗାନ୍ନାସ୍ତି ବିମୁକ୍ତୟେ ॥ ୱିତି

ମହର୍ଷିମାତଃ ।

ସ୍ତସଂବେଦ୍ୟଂ ହି ତଦ୍ବ୍ରହ୍ମ କୁମାରୀକ୍ତୀୟଂ ଯଥା ।

ଅସୋଗୀ ନୈବ ଜାନ୍ନାତି ଜାତ୍ୟକ୍ତୋ ହି ଯଥା ସଟ୍ମ ॥ ୱିତି

ଦକ୍ଷସ୍ମତୌ ବ୍ୟାତିରେକମୁଦେନୋକ୍ତଂ ।

ଅପି ବର୍ଣାବକୃଷ୍ଟଂ ନାରୀ ବା ଧର୍ମକାଞ୍ଚିନୀ ।

ତାବପ୍ୟେତେନ ମାର୍ଗେଣ ଗଚ୍ଛତାଂ ପରମାତ୍ମତିଂ ॥

ଯଦି ବା ସର୍ବଧର୍ମଜ୍ଞୋ ଯଦି ବାପ୍ୟକୃତୀ ପୁମାନ୍ ।

ଯଦି ବା ଧାର୍ମିକଶ୍ରେଷ୍ଠୋ ଯଦି ବା ପାପକୃତ୍ତମଃ ।

ଯଦି ବା ପୁରୁଷବ୍ୟାଘ୍ରୋ ଯଦି ବା କ୍ରୈବ୍ୟାଧାରକଃ ॥

ନରଃ ସେବ୍ୟ ମହାହଃଃଂ ଜରାମରଣସାଗରଂ ।

ଅପି ଜିଜ୍ଞାସମାନୋଽପି ଶବ୍ଦବ୍ରହ୍ମାତିବର୍ତ୍ତତେ ॥ ୱିତି

ମହାଭାରତେ ଯୋଗମାର୍ଗେ ବାସଃ ।

যুগ্মমেবং সদাশ্রয়ং যোগী নিয়তমানসঃ ।

শান্তিং নির্দ্বাপপরমাং মংসংস্হামধিগচ্ছতি ॥

ভগবদ্বাক্যে ।

যংসাংখ্যৈঃ প্রাপ্যতে জ্ঞানমিত্যাदि

যোগাং সঙ্গায়তে জ্ঞানং যোগো মথ্যেকচিত্ততা ।

আদিত্যপুবাণে ।

আশ্রজ্ঞানেন মুক্তিঃ শ্রান্তচ্চ যোগাদৃতে নহি ।

স চ যোগশ্চিরঙ্কালমভ্যাসাদেব সিদ্ধ্যতি ॥

স্কন্দপুবাণে ।

অতঃপরং প্রবক্ষ্যামি যোগং পরমদুর্লভং ।

বেনাশ্রানংপ্রপশ্যন্তি ভানুমন্তমিবেশ্বরং ॥

যোগাগ্নির্দহতি হি প্রমশেষং পাপপঙ্কজং ।

প্রসন্নং জায়তে জ্ঞানং জ্ঞানান্নির্দ্বাপনুচ্ছতি ॥

কুর্মপুরাণে শিববাক্যং ।

তথা যতেত মতিমান্ যথা শ্রামিবৃতিঃ পরা ।

যোগেন লভ্যতে সা তু ন চান্যেন তু কেনচিৎ ॥

ভবতাপেন তপ্তানাং যোগো হি পবমৌষধম্ ।

পরাবরপ্রশস্তা ধীর্যশ্চনির্দেদসম্ভবা ।

স চ যোগাগ্নিনা দগ্নসমস্তক্লেশসংকয়ঃ ।

নির্দ্বাপং পরমং নিত্যং প্রাপ্নোত্যেব ন সংশয়ঃ ।

সংপ্রাপ্তযোগসিদ্ধিস্ত পূর্ণো যস্তাশ্রদর্শনাং ।

ন কিঞ্চিদ্শতে কার্যং তেনৈব সকলং কৃতং ।

আশ্রারামঃ সদা পূর্ণঃ স্তম্ভমাত্যস্তিকং গতঃ ।

অতস্তুশ্রাপি নির্দেদঃ পরানন্দময়শ্চ চ ॥

তপসা ভাবিতাস্থানো যোগিনঃ সংযতেন্দ্রিয়াঃ ।

প্রতরন্তি মহাস্থানো যোগেনৈব মহার্ণবং ॥

গারুড়পুরাণে ।

যচ্ছ্রেয়ঃ সৰ্বভূতানাং স্ত্রীণামপ্যুপকারকং ।

অপি কীটপতঙ্গানাং তন্নঃ শ্রেয়ঃ পরং বদ ॥

ইত্যুক্তঃ কপিলঃ পূৰ্ব্বং দেবৈর্দেবর্ষিভিস্তুথা ।

যোগ এব পরং শ্রেয়স্তেষামিত্যুক্তবান্ পুরা ॥

হুঃসহা রাম সংসারবিষবেগবিস্ফটিকা ॥ বাশিষ্ঠে ।

যোগগারুড়মস্ত্রেণ পাবনেনোপশাম্যতি ।

বিষ্ণুধর্ম্মেয়ু ।

ননু তত্ত্বমশ্রাদিবাক্যৈরপ্যপরোক্ষপ্রমাণং ভবতীতি কিমর্থমতিশ্রমসাধ্যো যোগে
প্রয়াসঃ কার্য্যঃ । ন চ বাক্যজন্যজ্ঞানস্থাপরোক্ষত্বে প্রমাণাসম্ভব ইতি বাচ্যং ।
তত্ত্বমশ্রাদিবাক্যজন্যং জ্ঞানমপরোক্ষং অপরোক্ষবিষয়কত্বাং চাক্ষুশ্চটাদি-
প্রত্যক্ষবদিতানুমানশ্চ প্রমাণত্বাং । ন চ বিষয়গতাপরোক্ষত্বশ্চ নীরূপত্বাদ্বেত-
সিক্রিরিতি বাচ্যং । অজ্ঞানবিষয়চিত্ততত্ত্বাদাত্ম্যাপন্নত্বান্যতররূপশ্চ তশ্চ
সুনীরূপত্বাং । যথা হি ষট্টদৌ চক্ষুঃসম্মিকর্ষণান্তঃকরণবৃত্তিদশায়াং তদধি-
ষ্ঠানচৈতন্যাজ্ঞাননিবৃত্তৌ তচ্চৈতন্যশ্চাজ্ঞানবিষয়ত্বাং । তদ্বট্টশ্চাজ্ঞানবিষয়চৈ-
তন্ত্বতাদাত্ম্যাপন্নত্বং চাপরোক্ষত্বং । তথা তত্ত্বমশ্রাদিবাক্যেন শুদ্ধচৈতন্ত্বা-
কারান্তঃকরণবৃত্ত্যুৎপাদনে সতি তদজ্ঞানশ্চ নিবৃত্তত্বেনৈব তত্ত্বমশ্রাজ্ঞানবিষয়ত্বাং
চৈতন্ত্বস্থাপরোক্ষত্বমিতি ন হেতুসিদ্ধিঃ । ন চাপ্রয়োজকত্বং জ্ঞানগম্যত্বা-
পরোক্ষত্বং প্রত্যক্ষপরোক্ষবিষয়কত্বেন প্রয়োজকত্বাং । নত্বিল্লিয়জন্তুত্বং
মনস ইল্লিয়ত্বাভাবেন সুখাদিপরত্বে ব্যভিচারাং । অথবাভিব্যক্তচৈতন্য-
ভিন্নতয়াভাসমানত্বং বিষয়স্থাপরোক্ষত্বং । অভিব্যক্তত্বং চ নিবৃত্ত্যাবরণকত্বং
পরোক্ষবৃত্তিহলে চারণনিবৃত্ত্যভাবম্মতিব্যাপ্তিঃ । সর্পাদিভ্রমজনকদোষবতস্ত-
নায়ং সর্পঃ কিন্তু রজ্জুরিতি বাক্যেন জায়মানা বৃত্তিস্ত নাবরণং নিবর্তয়তীতি

তত্র পরোক্ষ এব বিষয়ঃ । বেদান্তবাক্যজ্ঞাত্ব জ্ঞানমাবরণনিবর্তকত্বাদপ-
রোক্ষমেব তন্মননাদেঃ পূৰ্ব্বেমুৎপন্নং । জ্ঞাননিবর্তকপ্রমাণাসম্ভাবনাদিদোষ-
সামান্যভাববিশিষ্টৈশ্চৈব তজ্জ্ঞাননিবর্তকত্বাৎ । কিঞ্চ তত্ত্বোপনিষদং পুরুষং
পৃচ্ছামীতি শ্রুতিপ্রতিপন্নমুপনিষদাত্মগম্যত্বং যোগগম্যত্বেনোপপন্নং স্মাৎ ।
তস্মাৎতত্ত্বমজ্ঞাদিবাক্যাদেবাপরোক্ষমিতি চেন্ন । অনুমানস্তাপ্রয়োজকত্বাৎ ।
নচ প্রত্যক্ষস্পৃতি নিকৃষ্টাক্ষণমান্যং প্রতীক্ষিয়ত্বেন কারণতয়া তজ্জন্যত্বশ্চৈব
প্রয়োজকত্বান্নিত্যানিত্যসাধারণপ্রত্যক্ষত্বে তু ন কিঞ্চিৎ প্রয়োজকত্বমিতি
তন্মতে তু প্রত্যক্ষবিষয়ে ইন্দ্রিয়ং কারণং তদ্বিশেষে চ শব্দবিশেষ ইত্যেবং
কার্য্যকারণভাবদ্বয়ং স্মাৎ । ন চ মনসোসহনিন্দ্রিয়ত্বং মনস ইন্দ্রিয়ত্বে বাধকা-
ভাবাদিন্দ্রিয়াণাং মনোনাথ ইতি মনুষ্যমিবোদিশু মনুষ্যাণাময়ং রাজ্যত্যাदि-
বদিন্দ্রিয়েষেব কিঞ্চিৎকৰ্থং ব্রবীতি । ন তু তজ্জ্ঞাপ্যনিন্দ্রিয়ত্বং তত্ত্বঞ্চ যটস্ব-
ধণ্ডোপাধিবিশেষ এব । অতএব কৰ্ম্মেইন্দ্রিয়ং তু পায়াদি মনোনেত্রাদি ধী-
ন্দ্রিয়মিতি । প্রত্যক্ষং স্মাদৈন্দ্রিয়কমপ্রত্যক্ষমতীন্দ্রিয়মিতি চ শক্তিপ্রমাণভূত-
কোবেহপীন্দ্রিয়াপ্রমাণকজ্ঞানস্তাপ্রত্যক্ষত্বং বদন্মনস ইন্দ্রিয়ত্বজ্ঞাপকত্বং সং-
গচ্ছতে । ইন্দ্রিয়াণি দশৈকং চেতি গীতাবচনং মনস ইন্দ্রিয়ত্বে প্রমাণং
কিঞ্চ তত্ত্বমজ্ঞাদিবাক্যজন্যং জ্ঞানং শব্দং শব্দজন্যত্বাদ্ব্যজ্ঞেতেত্যাদিবাক্য-
জন্যজ্ঞানবদিত্যেনোপরোক্ষবিরোধিশব্দত্বসাধকেন সংপ্রতিপক্ষঃ । ন বেদ-
মপ্রয়োজকং । শব্দং প্রত্যেব শব্দজ্ঞ জনকত্বেন লাঘবমূলকানুকূলতর্ক্যং ।
তন্মতে তু শব্দাদপি প্রত্যক্ষস্বীকারেণ কার্য্যকারণভাবদ্বয়কল্পনে গৌরবং ।
অপিচ মনননিদিধ্যাসনাত্যাং পূৰ্ব্বেমপ্যুৎপন্নং । তব মতে পরোক্ষমপি নাজ্ঞান-
নিবর্তকমিত্যজ্ঞাননিবৃত্তিং প্রতি বাধজ্ঞানত্বেনৈব হেতুত্বমিতি গৌরবং ।
মম তু সমাধ্যাত্যাসপরিপাকোণাসম্ভাবনাদিসকলমলরহিতেনান্তঃকরণেনাত্মনি
দৃষ্টেমতি দর্শনমাত্রাদেবাজ্ঞানে নিবৃত্তে ন কশ্চিদক্ষৌরবাবকাশঃ । এষ সৰ্ব্বেষু
ভূতেষু গূঢ়াত্মা ন প্রকাশতে । দৃশ্যতে ত্বগ্ৰয়া বুদ্ধ্যা হৃদয়া হৃদগর্শিভিঃ ।
। যচ্ছৈবাজ্ঞানসী প্রাজ্ঞ ইত্যারভ্যাজ্ঞাননিবৃত্ত্যর্থকেন মৃত্যুমুখাং প্রমুচ্যত ইত্য-

স্তেন কঠবল্লীষ্মমূপদেশেন সংযতোহয়মর্থ ইতি ন কশ্চিদত্র বিবাদ ইতি ।
 যদি তু মননাদেঃ পূর্বমুৎপন্নং জ্ঞানং পবোক্ষমেবেতি ন প্রতিবন্ধত্বকৃতগৌরব-
 মिति মতমাদ্রিয়তে তদপি শ্রবণাদিভির্মনঃসংস্কারে সিদ্ধেহব্যবহিতোত্তর-
 মাস্বদর্শনসম্ভবাত্তত্ত্বং বাক্যস্বাবগাদিকল্পনং মহাকৌরবাপাদকমেব । ননু ন
 বয়ং কেবলেন তর্কেন শব্দজন্যজ্ঞানস্বাপরোক্ষত্বং বদামঃ কিন্তু ঐত্যাপি ।
 তথাহি । তং ত্বৌপনিষদং পুরুষং পৃচ্ছামীতি ঐত্যা চৌপনিষদত্বং পুরুষস্ত
 নোপনিষজ্জন্যবুদ্ধিবিষয়ত্বমাত্রং প্রত্যক্ষাদিগম্যেহপ্যৌপনিষদত্বে ব্যবহারা-
 পত্তেঃ । যথা হি দ্বাদশকপালেহষ্টানাং কপালানাং সত্ত্বেহপি দ্বাদশকপাল-
 সংস্কৃতেনাষ্টকপালাদি ব্যবহারঃ যথা দ্বিপুতাদাবেকপুত্রাদিব্যবহারঃ তথা-
 ত্রাপি । নান্যত্র তথা ব্যবহার ইতি । উপনিষদাত্মগম্যত্বমেব প্রত্যয়ার্থঃ । তচ্চ-
 মনোগম্যত্বেহনুপপন্নমিতি চেন্ন । নহি প্রত্যয়েনোপনিষদ্বিন্নং সর্কং কারণ-
 ত্বেন ব্যবর্ত্যতে । শব্দাপরোক্ষাদিনা ত্বয়্যাপ্যাত্মপরোক্ষে মন আদীনাং
 করণত্বস্বাদীকারাং । কিন্তু পুরাণাদিশব্দান্তরমেব শ্রোতব্যঃ ঐতিবাক্যেভ্য
 ইতি স্মরণং স চার্থো মমাশি সম্মত ইতি ন কিঞ্চিদেতং । প্রমাণান্তবব্যা-
 বৃত্তৌ তাৎপর্য্যকল্পনং চাত্মপরোক্ষে শব্দস্ত প্রমাণত্বে সিদ্ধ এব বলমুচিতং ।
 শব্দান্তরব্যাবৃত্তিতাৎপর্য্যং তু ঐত্যাদিসম্মতত্বাং কল্পয়িঃমুচিতমেব । এতৎ
 স্থিতে মনসৈবানুদৃষ্টব্যং মনসৈবেদমাপ্তব্যমিত্যাदिশ্রুতযোঃপ্যাঞ্জস্তেন প্রতি-
 পাদিতা ভবেয়ুঃ । যত্তু কৈশ্চিচ্ছত্বে । দর্শনবৃত্তিং প্রতি মনোমাত্রস্রোপা-
 দানত্বপরায়তা ঐতর্য্যে ন বিরূধ্যন্ত ইতি তদতীব বিচারাসহং । যতঃ প্রমা-
 ণাকাজ্জায়াং প্রবৃত্তাস্তাঃ কথমুপাদানপরা ভরেয়ুঃ । কামসদ্বল্লো বিচিকিৎ-
 সেত্যাদিশ্রুত্যা সাবধারণয়া সর্কাসাং বৃত্তীনাং মনোমাত্রোপাদানকত্বে
 বোধিতে আকাজ্জাভাবেনোপাদানতাৎপর্য্যকত্বেন বর্ণয়িতুং কথং শক্যেরন ।
 পূর্কং দ্বিতীয়বল্যাং প্রণবস্ত ব্রহ্মবোধকত্বেনোক্তেস্তস্মাপ্যপরোক্ষহেতুত্বমিতি
 শব্দাং নিবারয়িতুং মনসৈবানুদৃষ্টব্যমিত্যাदि সাবধারণবাক্যানীত্যেব বর্ণয়িতুং
 শক্যানি স্থ্যরিত্যলমতিবাঞ্ছ্যলেন । বস্তুতস্ত যোগিনাং সমাধৌ দূরপ্রকৃষ্ট-

পদার্থজ্ঞানং সর্বশাস্ত্রপ্রসিদ্ধং ন পরোক্ষং । তদানীং পরোক্ষসামগ্র্যভাবাৎ ।
 নাপি স্মরণং তেষাং পূর্ববিশিষ্টানুভবাৎ । নাপি সুখাদিজ্ঞানবৎসাক্ষি-
 রূপং অপসিদ্ধান্তাৎ । নাপ্যপ্রমাণকং প্রমাণমান্যে করণনিয়মাৎ । নাপি
 চক্ষুরাদিজন্যং তেষামসম্বন্ধিভাবাৎ তস্মান্নানসিকী -প্রমৈব সা বাচ্যেতি মনস
 ইন্দ্রিয়ত্বং প্রমাণত্বক্ দূরমপকুবমেবেতি । যেহপি যোগশ্রুত্যোঃ সমুচ্চরং
 কল্পয়ন্তি তেষামপি পূর্বোক্তদূষণগন্তদবস্থ এব । তস্মাদ্যোগজন্যসংস্কার-
 সচিবমনোমাত্রগম্য আশ্রয়তি সিদ্ধং । ন চ কামিনীং ভাবয়তো ব্যবহিত-
 কামিনীসাক্ষ্যং কাবশ্চেব ভাবনাজন্যত্বেনাত্মসাক্ষ্যং কারন্তাপ্রমাত্ত্বপ্রসঙ্গঃ । অ-
 বাধিতবিষয়ত্বাৎ দোষজন্যত্বাভাবাচ্চ । কামিনীসাক্ষ্যং কারন্ত তু বাধিতবিষ-
 যত্বাৎ দোষজন্যত্বাৎ চাপ্রামাণ্যং ন ভাবনাজন্যত্বাৎ । ন চ ভাবনাসমা-
 ধেজ্ঞাপকত্বে প্রমাণান্ত্বাপাতঃ তজ্জা মনঃসহকারিত্বাৎ । প্রমাণনিকরূপ-
 নিপুণৈর্নৈয়ায়িকাদিভিরপি যোগজপ্রত্যক্ষশ্রৌতিকপ্রত্যক্ষৈহকর্তব্যঃ কৃতঃ ।
 যোগজালৌকিকসম্বন্ধবর্ণেণ যোগিনো ব্যবহিতবিষয়কষ্টেহুস্মার্ম্মাত্মানমপি
 যথার্থং পশুন্তি । তথাচ পাতঞ্জলে হুত্রে । ঋতন্তরা তত্র প্রজ্ঞা শ্রুতানুমান-
 প্রজ্ঞাত্যামন্যবিষয়বিশেষার্থত্বাৎ তত্র সমাধৌ যা প্রজ্ঞাশ্রাঃ শ্রুতং শ্রবণং
 শাস্ত্রবোধঃ । অনুমননমুমানং যৌক্তিকজ্ঞানং তদ্রূপপ্রজ্ঞাত্যামন্যবিষয়া
 কৃত্য । বিশেষার্থত্বাৎ । বিশেষো নির্দিষ্টকল্লোহর্থো বিষয়ো যন্তাঃ সা
 তথা তজ্জা ভাবস্থত্বাৎ তস্মাদ্ভেদজ্ঞাপদার্থতাবচ্ছেদকপূরস্বারেণৈব-
 নুমানস্ত ব্যাপকত্বাবচ্ছেদকপূরস্বারেণৈব ধীজনকত্বনিয়মেন তদগ্রহণে যোগ্য-
 বিশেষ্যমাহ পরত্বাদিত্যর্থঃ । অত্র বাদরায়ণকৃতং ভাষ্যং ! শ্রুতমাগমবিজ্ঞানং
 তৎসামান্যবিষয়ং ন হাগমেন শক্যো বিশেষোহভিধাতুং কস্মাৎ ন হি বিশেষণ
 কৃতসঙ্কেতঃ শব্দ ইত্যত্রভ্য সমাধিপ্রজ্ঞানিগ্রাহ এব সবিশেষো ভূতহৃৎসংগতো
 বা পুরুষগতো বেতি ।

জ্ঞাননিষ্ঠো বিরক্তোহপি ধর্ম্মজ্ঞোহপি জিতেন্দ্রিয়ঃ ।

বিনা যোগেন দেবোহপি ন যোক্ষ্যং লভতে প্রিয়ে ॥

যোগবীজে ।

কিক । তদেব সত্ত্বঃ সহ কৰ্ম্মণেতি লিঙ্গং মনো যং নিষিক্তমশ্লেতি শ্রুতেঃ ।
 কারণং গুণসন্ধোহস্ত সদসদ্যোনিজন্মশ্চ ইতি স্মৃতেশ্চ দেহাবসানসময়ে যত্র
 রাগাহৃদ্যদ্বন্দ্বো ভবতি তামেব যোনিং জীবঃ প্রাপ্নোতীতি যোগহীনস্ত জন্মা-
 ভ্রমং শ্রাদেব মরণসময়ে সমুদ্ভূতবৈক্লব্যশ্চাযোগিনা বারিষিতুমশক্যত্বাং তদ্বক্তং ।

দেহাবসানসময়ে চিত্তে যদ্যদ্বিভাযয়েৎ ।

তত্তদেব ভবেজ্জীব ইত্যেবং জন্মকারণং ॥

দেহান্তে কিং ভবেজ্জন্ম তন্ন জানন্তি মানবাঃ ।

তস্মাজ্জ্ঞানকং বৈরাগ্যং জপশ্চ কেবলং শ্রমঃ ॥

পিপীলিকা যদা লগ্না দেহে জ্ঞানাদিমুচ্যতে ।

অসৌ কিং বৃশ্চিকৈর্দৃষ্টো দেহান্তে বা কথং স্মৃথী ॥

যোগিনাং তু যোগবলেনাস্তকালেহপ্যাত্মভাবনয়া মোক্ষ এবেতি ন স্মাজ্জন্মা-
 ভ্রমং । তদ্বক্তং ভগবতা প্রয়াণকালে মনসাহচলেন ভক্ত্যা যুক্তো যোগবলেন
 চৈব ইত্যাদিনা । শতকৈকা হৃদয়স্ত নাভ্য ইত্যাদি শ্রুতেশ্চ । ন চ তদ্ব-
 মশ্চাদিবাক্যস্থাপরোক্ষজ্ঞানজনকত্বে তদ্বিচারস্ত বৈয়র্থ্যমেবেতি শঙ্ক্যং ।
 বাক্যবিচারজন্মজ্ঞানস্ত যোগদ্বারাপরোক্ষজ্ঞানসাধনত্বাং । অত্র চযোগবীজে
 গৌরীশ্বরসংবাদো মহানস্তি ততঃ কিক্লিথ্যতে ।

দেব্যুবাচ ।

জ্ঞানিনস্ত মূতা য়ে বৈ তেষাং ভবতি কীদৃশী ।

গতিঃ কথং দেবেশ কারুণ্যামৃতবারিধে ॥

ঈশ্বরউবাচ ।

দেহান্তে জ্ঞানিনা পুণ্যাং পাপাং কলমবাপ্যতে ।

যাদৃশং তু ভবেৎ তত্তদ্বক্তা জ্ঞানী পুনর্ভবেৎ ॥

পশ্চাৎ পুণ্যেন লভতে সিদ্ধেন সহ সঙ্গতিং ।

ততঃ সিদ্ধস্ত কৃপয়া যোগী ভবতি নান্যথা ॥

ততো নশ্চতি সংসারো নান্যথা শিবভাষিতং ।

দেব্যুবাচ ।

জ্ঞানাদেব হি মোক্ষক বদন্তি জ্ঞানিনঃ সদা ।
ন কথং সিদ্ধযোগেন যোগঃ কিং মোক্ষদো ভবেৎ ॥

ঈশ্বর উবাচ ।

জ্ঞানেনৈব হি মোক্ষো হি তেষাং বাক্যন্ত নান্যথা ।
সর্কে বদন্তি খড়্গেন জয়ো ভবতি তর্হি কিং ॥
বিনা যুদ্ধেন বীর্যেণ কথং জয়মবাপুয়াং ।
তথা যোগেন রহিতং জ্ঞানং মোক্ষায় নো ভবেৎ ॥

ননু জনকাদীনাং যোগমন্তরেণাপ্যপ্রতিবদ্ধজ্ঞানমোক্ষয়োঃ অবগাং কথং যো-
গাদেবাপ্রতিবদ্ধজ্ঞানং মোক্ষশ্চেতি চেৎ উচ্যতে তেষাং পূর্বজন্মানুষ্ঠিত-
যোগজসংস্কারাং জ্ঞানপ্রাপ্তিরিতি পুরাণাদৌ শ্রীতে । তথাহি ।

জৈগীষব্যো যথা বিপ্রো যথা চৈবাসিতাদয়ঃ ।
ক্ষত্রিয়া জনকাদ্যাস্ত তুলাধারাদয়ো বিশঃ ॥
সংপ্রাপ্তাঃ পরমাং সিদ্ধিং পূর্বাভ্যস্তস্যযোগতঃ ।
ধর্মব্যাদাদয়ঃ সপ্ত শূদ্রাঃ পৈলবকাদয়ঃ ॥
মৈত্রেয়ী জ্বলা শার্ঙ্গী শাণ্ডিলী চ তপস্বিনী ।
এতে চান্যে চ বহবো নীচযোনিগতা অপি ।
জ্ঞাননিষ্ঠাং পরাং প্রাপ্তাঃ পূর্বাভ্যস্তস্যযোগতঃ ॥ ইতি ॥

কিঞ্চ । পূর্বজন্মানুষ্ঠিতযোগাভ্যাসপুণ্যতরতম্যেন কেচিদ্রুদ্ধত্বং কেচিদ্রুদ্ধ-
পুল্লত্বং কেচিদ্বেবর্ষিত্বং কেচিদ্রুদ্ধর্ষিত্বং কেচিদ্রুনিত্বং কেচিদ্ভক্তত্বঞ্চ প্রাপ্তাঃ
দন্তি । তত্রোপদেশমন্তরেনবাস্তাসাংকারবন্তো ভবেয়ুঃ । তথাহি । হিরণ্য-
র্ভবশিষ্ঠনারদসনৎকুমারবামদেবশুকাদয়ো জন্মসিদ্ধা ইত্যেব পুরাণাদিযু
শ্রীতে । যত্নু ব্রাহ্মণ এব মোক্ষাধিকারীতি শ্রীতে পুরাণাদৌ তদযোগি-
গরং । তদুক্তং

জ্ঞাত্বা স্মৃশ্বান্নাসমুদ্রদং কৃত্বা বায়ুঞ্চ মধ্যাগম্ ।
স্থিত্বা সর্দৈব স্নস্থানে ব্রহ্মরক্কে নিরোধয়েৎ ॥ ১৬ ॥

যোগাভ্যাসো নৃণাং যেষাং নাস্তি জন্মান্তরাদৃতঃ ।

যোগস্ত প্রাপ্তয়ে তেষাং শূদ্রবৈশ্যাদিকক্রমঃ ॥

স্ত্রীত্বাচ্ছূদ্রত্বমভ্যেতি ততো বৈশ্যত্বমাপ্নুয়াৎ ।

ততশ্চ ক্ষত্রিয়ো বিপ্রঃ রূপাহীনস্ততো ভবেৎ ॥

অনুচানঃ স্মৃতো যজ্ঞা কশ্মন্যাসী ততঃপরং ।

ততো জ্ঞানিত্বমভ্যেতি যোগী মুক্তিং ক্রমান্নভেৎ ॥ ইতি

গারুড়পুৰাণে ॥

শূদ্রবৈশ্যাদিক্রমাদ্ যোগী ভূত্বা মুক্তিং লভেদিত্যর্থঃ । ইথঞ্চ যোগে সৰ্ব্বাধি-
কারশবদাদ্ যোগোংপরতত্ত্বজ্ঞানেন সৰ্ব্ব এব মুচ্যন্ত ইতি সিদ্ধং । যোগি-
নস্ত ভট্টত্বাপি ন শূদ্রাদিক্রমঃ । শুচীনাং শ্রীমতাং গেহে যোগব্রষ্টোহভি-
ভায়তে । অথবা যোগিনামেবেত্যাদি ভগবদ্বচনাদিত্যলং ॥ ১৭ ॥

প্রাণমনসোল্লয়ং বিনা মোক্ষঃ ন সিদ্ধ্যতীত্বুক্তং । প্রাণলয়েন মনসোহপি
লয়ঃ সিদ্ধ্যতীতি তল্লয়রীতিমাহ । জ্ঞাত্বেতি । সর্দৈব সৰ্ব্বদৈব স্নস্থানে
শোভনে স্থানে সুরাজ্যে ধার্মিক্যে দেশে ইত্যাদ্যুক্তলক্ষণে স্থিত্বা স্থিতিং কৃত্বা
বসতিং কৃত্বেত্যর্থঃ । স্মৃশ্বা মধ্যনাড়ী তস্তাঃ সমুদ্রদং শোভনং ভেদনপ্রকারং
জ্ঞাত্বা গুরুমুখাদ্বিদিত্বা বায়ুং প্রাণং মধ্যগং মধ্যনাড়ীসঞ্চারণং কৃত্বা ব্রহ্মরক্কে
মূৰ্ধাবকাশে নিরোধয়েন্নিতরাং রুদ্ধং কুৰ্য্যাৎ । প্রাণস্ত ব্রহ্মরক্কে নিরোধো
লয়ঃ প্রাণলয়ে জাতে মনোহপি লীয়তে । তত্ক্ষণং

অভ্যাসেন পরিষ্পন্দে প্রাণানাং ক্ষয়মাগতে ।

মনঃ প্রশমমায়াতি নির্দ্বিগমবশিষ্যতে ॥ ইতি

বাশিষ্ঠে ॥

প্রাণমনসোল্লয়ে সতি ভাবনাবিশেষরূপসমাধিসংকল্পতেনাভ্যাসবর্ণনাবাধিতা-
স্বসাম্প্রাংকারো ভবতি তদা জীবনৈব মুক্তঃ পুরুষো ভবতি ॥ ১৬ ॥

সূর্য্যোচন্দ্রমসৌ ধত্তঃ কালং রাত্রিন্দিবাত্মকম্ ।

ভোক্ত্রী সূর্যুন্না কালস্তা গৃহমেতদুদাহতম্ ॥ ১৭ ॥

দ্বাসপ্ততি সহস্রাণি নাড়ীদ্বারাণি পঞ্জরে ।

সূর্যুন্না শাস্তবী শক্তিঃ শেষান্তে ন নিরর্থকাঃ ॥ ১৮ ॥

প্রাণলয়ে কালজ্যো ভবতীত্যাহ সূর্য্যোচন্দ্রমসাবিতি । সূর্য্যশ্চ চন্দ্র-
মাশ্চ সূর্য্যোচন্দ্রমসৌ দেবতারদে, চেত্যানং । রাত্রিশ্চ দিব্যচ রাত্রিন্দিবং ।
অচতুরেত্যাদিনা নিপাতিতঃ । রাত্রিন্দিবং আত্মা স্রুপং যন্ত ম রাত্রিন্দিবা-
স্রুকশ্চ রাত্রিন্দিবাস্রুকং কালং সময়ং ধত্তো বিধত্তঃ কুরুতঃ । সূর্য্যো স্রুপতী
কাণস্ত সূর্য্যোচন্দ্রমোভ্যাং কৃতস্ত রাত্রিন্দিবাস্রুকস্ত সময়স্ত ভোক্ত্রী ভক্ষিকা
বিনাশিকা । এতদুগ্ধং রহস্তমদাহুতং কথিতং । অয়ং ভাবঃ । সার্কিং
ঘটিকাদয়ং সূর্য্যো বহতি সার্কিং ঘটিকাদয়ং চন্দ্রো বহতি । যদা সূর্য্যো বহতি
তদা দিনমুচ্যতে । যদা চন্দ্রো বহতি তদা রাত্রিরুচ্যতে । পঞ্চঘটিকামধ্যে
রাত্রিন্দিবাস্রুকঃ কালো ভবতি । লৌকিকাহোবাত্রমধ্যে যোগিনাং দ্বাদশা-
হোবাত্রাস্রুকঃ কালব্যবহাৰো ভবতি । তাদৃশকালমানেন জীবানামায়ুর্মান-
মস্তি । যদা সূর্য্যমার্গেণ বায়ুস্রুপে লীনো ভবতি তদা রাত্রিন্দিবা-
স্রুকস্ত কালস্তাভাবাহুতং ভোক্ত্রী সূর্য্যো কালং চেতি । বায়ুস্রুপে বায়ুর্লী-
য়তে তাবদযোগিন আয়ুর্বিধতি । দীর্ঘকালান্তস্তমসাধিধোগী পূৰ্ণমেব মরণ-
কালং জ্ঞাত্বা স্রুপে বায়ুং নীত্বা কালং নিবারয়তি । শ্বেচ্ছয়া দেহত্যাগক-
করোতীতি ॥ ১৭ ॥

দ্বাসপ্ততীতি । পঞ্জরে পঞ্জরবচ্ছিন্নাশ্চিভির্সন্ধে শরীবে দ্বাভ্যামধিকা
সপ্ততিঃ দ্বাসপ্ততিঃ । দ্বাসপ্ততিসংখ্যকানি সহস্রাণি দ্বাসপ্ততিসহস্রাণি নাড়ী-
নাং শিরাণাং দ্বাবাণি বায়ুপ্রবেশমার্গাঃ সন্তি সূর্য্যো মধ্যনাড়ী শাস্তবী শক্তি-
বস্তি শং সূর্য্যং ভবত্যশ্রান্তজনানামিতি শস্ত্রবীশ্বরস্বস্ত্রেয়ং শাস্তবী । ধ্যানেন
শস্ত্রপ্রাপকত্বাং । শস্ত্রোরাবির্ভাবজনকত্বাচ্চ শাস্তবী । যদা শং সূর্য্যরূপো
ভবতি তিষ্ঠতীতি শস্ত্রোরা তস্মৈয়ং শাস্তবী চিদভিব্যক্তিস্থানত্বাদ্ব্যনেনাস্ত্র-

বায়ুঃ পরিচিতে। যস্মাদগ্নিনা সহ কুণ্ডলীম্ ।
 বোধয়িত্বা স্নুশ্বুন্মায়াং প্রবিশেদনিরোধতঃ ॥ ১৯ ॥
 স্নুশ্বুন্মাবাহিনি প্রাণে সিদ্ধ্যতোব মনোম্মনী ।
 অন্যথা ত্বিতরাভ্যাসাঃ প্রয়াসায়ৈব যোগিনাম্ ॥ ২০ ॥
 পবনো বধ্যতে যেন মনস্তেনৈব বধ্যতে ।
 মনশ্চ বধ্যতে যেন পবনস্তেন বধ্যতে ॥ ২১ ॥
 হেতুদ্বয়স্ত চিত্তস্ত বাসনা চ সমীরণঃ ।
 তয়োর্কিনষ্ট একস্মিন্ তৌ দ্বাবপি বিনশাতঃ ॥ ২২ ॥

সাক্ষাৎকারহেতুত্বাচ্চ । শেষা ইড়াপিঙ্গলাদয়স্ত নিরর্থকা এব নির্গতোহর্থঃ
 প্রয়োজনং যাসাং তা নিরর্থকাঃ পূর্বোক্তপ্রয়োজনাভাবাং ॥ ১৮ ॥

বায়ুরিতি । যস্মাৎপরিচিতেহত্যস্তো বায়ুস্তস্মাদগ্নিনা জঠরাগ্নিনা সহ
 কুণ্ডলীং শক্তিং বোধয়িত্বা অনিরোধতোহপ্রতিবন্ধাং স্নুশ্বুন্মায়াং সরসত্যং
 প্রবিশেৎ বায়োঃ স্নুশ্বুন্মাপ্রবেশার্থমভ্যাসঃ কৰ্ত্তব্যঃ ইত্যর্থঃ ॥ ১৯ ॥

স্নুশ্বুন্মেতি । প্রাণে স্নুশ্বুন্মাবাহিনি সতি মনোম্মনী উন্নয়বস্থা সিদ্ধ্যতোব
 অন্যথা প্রাণে স্নুশ্বুন্মাবাহিন্যসতি তু ইতরাভ্যাসাঃ স্নুশ্বুন্মেতরাভ্যাসা যোগি-
 নাং যোগাভ্যাসিনাং প্রয়াসায়ৈব শ্রমায়ৈব ভবন্তীত্যর্থঃ ॥ ২০ ॥

পবন ইতি । যেন যোগিনা পবনঃ প্রাণবায়ুর্কধ্যতে বন্ধঃ ক্রিয়তে তে-
 নৈব যোগিনা মনো বধ্যতে যেন মনো বধ্যতে তেন পবনো বধ্যতে । মনঃ
 পবনয়োরেকতরে বন্ধে উভয়ং বন্ধং ভবতীত্যর্থঃ ॥ ২১ ॥

হেতুদ্বয়স্ত চিত্তস্তেতি । চিত্তস্ত প্রবৃত্তৌ হেতুদ্বয়ং কারণদ্বয়মস্তি কিং
 তদিত্যাহ । বাসনা ভাবনাধ্যঃ সংস্কারঃ সমীরণঃ প্রাণবায়ুশ্চ তয়োর্বাসনা-
 সমীরণয়োরেকস্মিন্ বিনষ্টে সতি ক্ষীণে সতি তৌ দ্বাবপি বিনশতঃ । অয়-
 মাশয়ঃ । বাসনাক্ষয়ে সমীরণচিহ্নে ক্ষীণে ভবতঃ । সমীরণে ক্ষীণে চিত্তবাসনে
 ক্ষীণে ভবতঃ । চিত্তে ক্ষীণে সমীরণবাসনে ক্ষীণে ভবতঃ । তদ্ব্যস্তং

মনো যত্র বিলীয়েত পবনস্তত্র লীয়তে ।
 পবনো লীয়তে যত্র মনস্তত্র বিলীয়তে ॥ ২৩ ॥
 দুষ্কান্দ্রবৎসংমিলিতাবুভৌ তৌ ।
 তুল্যক্রিয়ৌ মানসমাকরৌ হি ।
 যতো মরুত্তত্র মনঃপ্রযুক্তি-
 র্যতো মনস্তত্র মরুৎপ্রযুক্তিঃ ॥ ২৪ ॥

দে বীজে রাম চিত্তস্ত প্রাণশুদ্ধনবাসনে ।
 একস্মিংশ্চ তয়োন্ঠে ক্ষিপ্তং দে অপি নশ্যতঃ ॥
 বাশিষ্ঠে ।

তত্রৈব ব্যতিরেকেণোক্তং
 যাবদ্বিলীনং ন মনো ন তাবদ্বাসনাক্ষয়ঃ ।
 ন ক্ষীণা বাসনা যাবচ্চিত্তং তাবন্ন শাম্যতি ॥
 ন যাবদ্যতি বিজ্ঞানং ন তাবচ্চিত্তসংশয়ঃ ।
 যাবন্ন চিত্তোপশমো ন তাবত্তত্ত্ববেদনং ॥
 যাবন্ন বাসনানাশস্তাবত্তত্ত্বাগমঃ কুতঃ ।
 যাবন্ন তত্ত্বসংপ্রাপ্তির্ন তাবদ্বাসনাক্ষয়ঃ ॥
 তত্ত্বজ্ঞানং মনোনাশো বাসনাক্ষয় এবচ ।
 মিথঃ কাবণতাং গত্বা হৃৎসাধ্যানি স্থিতান্যতঃ ॥
 ত্রয় এতে সমং যাবন্ন স্বভ্যস্তা মুহুর্মুহুঃ ।
 তাবন্ন তত্ত্বসংপ্রাপ্তির্ভব্যতাপি সমাপ্রিতৈঃ ॥ ২২ ॥

মন ইতি । যত্র যস্মিন্মাধারে মনো লীয়তে তত্র তস্মিন্মাধারে পবনো
 বিলীয়ত ইত্যর্থঃ ॥ ২৩ ॥

দুষ্কান্দ্রবদিতি । দুষ্কান্দ্রবৎ ক্ষীরনীরবৎ সংমিলিতৌ সম্যক্ মিলিতৌ
 তাবুভৌ দ্বাবপি মানসমাকরৌ মানসং চ মারুতশ্চ মানসমাকরৌ চিত্তপ্রাণৌ

তত্রৈকনাশাদপরস্ত নাশ

একপ্রবৃত্তেবপরপ্রকৃতিঃ ।

অধ্বস্তয়োশৈচ্ছন্দ্রিয়বর্গবৃত্তিঃ

প্রধ্বস্তয়োর্মোক্ষপদস্ত সিদ্ধিঃ ॥ ২৫ ॥

রসস্ত মনসশ্চৈব চঞ্চলত্বং স্বভাবতঃ ।

রসো বদ্ধো মনো বদ্ধংকিন্ন সিদ্ধ্যতি ভূতলে ॥ ২৬ ॥

তুল্যক্রিয়ৌ তুল্যা সমা ক্রিয়া প্রবৃত্তির্ব্যোপাদ্রশৌ ভবতঃ । তুল্যক্রিয়ত্বমে-
বাহ যত ইতি । যতঃ যত্র সর্গবিভক্তিকন্তসিঃ যম্মিন্ চক্রে মরুদ্বায়ঃ
প্রবর্ততে তত্র তম্মিন্ চক্রে মক্ষংপ্রবৃত্তিঃ বায়োঃ প্রবৃত্তির্বতীত্যর্থঃ । তদ্বক্তং

অবিনাভাবিনী নিত্যং জন্তুনাং প্রাপচেতসী ।

কুক্ষুমামোদবন্নিশ্রে তিলটতলে ইবাস্থিতে ।

কুরুতশ্চ বিনাশেন কার্যং মোক্ষাখ্যমুত্তমম্ ॥ ইতি বাশিষ্ঠে ॥ ২৪ ॥

তত্রৈতি । তত্র তয়োর্মানসমাকৃতয়োর্মধ্যে একস্ত মানসস্ত মাকৃতস্ত বা
নাশাশ্লষাদপবস্তান্যস্ত মাকৃতস্ত মানসস্ত বা নাশো লবো ভবতি । একপ্রবৃত্তে-
রেকস্ত মানসস্ত মাকৃতস্ত বা প্রবৃত্তের্ব্যাপাদপবপ্রবৃত্তিরপবস্ত মাকৃতস্ত মান-
সস্ত বা প্রবৃত্তির্ব্যাপারো ভবতি । অধ্বস্তয়োবলীনয়োর্মানসমাকৃতয়োঃ সতো-
রিশ্রিয়বর্গবৃত্তিরিশ্রিয়সমুদায়স্ত স্বস্ববিষয়ে প্রবৃত্তির্ভবতি । প্রধ্বস্তয়োঃ প্রলী-
নয়োস্তুয়োঃ সতোর্মোক্ষপদস্ত মোক্ষাখ্যপদস্ত সিদ্ধির্নিষ্পত্তির্ভবতি । তয়োর্লয়ে
পুরুষস্ত স্বরূপেহবস্থানাদিত্যর্থঃ । তথাপি সাধ্যঃ পবনস্ত নাশঃ ষড়ঙ্গব্যোগাদি-
নেষেবধেন । মনোবিনাশস্ত গুরোঃ প্রসাদান্নিমেষমাত্রেণ সুসাধ্য এব ।
ক্ষেপবীজে মূলশ্লোকস্তায়মুত্তরঃ শ্লোকঃ ॥ ২৫ ॥

রসস্তৈতি । রসস্ত পারদস্ত মনসো মানসস্ত স্বভাবতঃ স্বভাবাচ্চঞ্চলত্বং
চাঞ্চল্যমস্তু । রসঃ পারদো বদ্ধশ্চেত্সনশ্চিত্তং বদ্ধং ভবতি । ততো ভূতলে
পৃথিবীতলে কিং ন সিদ্ধ্যতি সর্গং সিদ্ধ্যতীত্যর্থঃ ॥ ২৬ ॥

মুচ্ছিতো হরতে ব্যাধীন মৃতো জীবয়তি স্বয়ম্ ।

বদ্ধঃ খেচরতাং ধত্তে রসো বায়ুশ্চ পার্কীতি ॥ ২৭ ॥

মনঃস্বৈর্ঘ্যে স্থিরো বায়ুস্ততো বিন্দুঃ স্থিরো ভবেৎ ।

বিন্দুস্বৈর্ঘ্যাং সদা সত্ত্বং পিণ্ডস্বৈর্ঘ্যাং প্রজায়তে ॥ ২৮ ॥

ইন্দ্রিয়াণাং মনো নাথো মনোনাত্ত্ব মারুতঃ ।

মারুতস্য লয়ো নাথঃ স লয়ো নাদমাশ্রিতঃ ॥ ২৯ ॥

তদেবাহ মুচ্ছিত ইতি । ওষধি বিশেষযোগেন গতচাপলো রসো মুচ্ছিতঃ কুস্তকান্তে রেচকনিবৃত্তো বায়ু মুচ্ছিত ইত্যাচ্যতে । হে পার্কীতি পার্কী-
ত্ববোধায়ৈশ্বরবাক্যং । মুচ্ছিতো রসঃ পাবদো বায়ুঃ প্রাণশ্চ ব্যাধীন রোগান্
হবতে নাশয়তি । ভক্ষীভূতো রসো লক্ষ্যাক্কে লীনো বায়ুশ্চ মৃতঃ স্বয়মাত্মনা
স্বসামর্থ্যেনেত্যর্থঃ । জীবয়তি দীর্ঘকালং জীবনং কবোতি । ক্রিয়াবিশেষণ
গুটিকাকারকতো রসঃ বদ্ধো ভ্রামধ্যাদৌ ধাবণাবিশেষণ ধ্বতো বায়ুশ্চ বদ্ধঃ
খেচরতামাকারগতিং ধত্তে বিধত্তে করোতীত্যর্থঃ । তত্ত্বং

যত্তিমাঞ্জনপুঞ্জসন্নিভমিদং বৃত্তং ভ্রবোদত্তরে

তত্ত্বং বায়ুময়ং যকারসহিতং তত্রেখবো দেবতা ।

প্রাণং তত্র বিলীয় পঞ্চষটিকাং চিহ্নাশ্রিতং ধাবসে-

দেষ্য খে গমনং করোতি যমিনাং স্তাদ্বায়বীধারণ ॥

ইতি গোরক্ষশতকে ॥ ২৭ ॥

মনঃস্বৈর্ঘ্য ইতি । মনসঃ স্বৈর্ঘ্যে সতি বায়ুঃ প্রাণঃ স্থিরো ভবেৎ । ততো
বায়ুস্বৈর্ঘ্যাবিন্দুবীর্ঘ্যাং স্থিরো ভবেৎ । বিন্দোঃ স্বৈর্ঘ্যাং সদা সৰ্বদা সত্ত্বং বলং
পিণ্ডস্বৈর্ঘ্যাং দেহস্বৈর্ঘ্যাং প্রজায়তে ॥ ২৮ ॥

ইন্দ্রিয়াণামিতি । ইন্দ্রিয়াণাং শ্রোত্রাদীনাং মনোহন্তঃকরণং নাথঃ প্রব-
র্তকঃ । মনোনাত্ত্বো মনসো নাত্ত্বো মারুতঃ প্রাণঃ । মারুতস্য প্রাণস্য লয়ো
মনোবিলয়ো নাথঃ । স লয়ো মনোলয়ঃ নাদমাশ্রিতো নাদে মনো লীয়তে
ইত্যর্থঃ ॥ ২৯ ॥

সোহয়মেবাস্তু মোক্ষাখ্যো মাস্ত বাপি মতান্তরে ।
 মনঃপ্রাণলয়ে কশ্চিদানন্দঃ সংপ্রবর্ততে ॥ ৩০ ॥
 প্রানষ্টশ্বাসনিশ্বাসঃ প্রধ্বস্তবিষয়গ্রহঃ
 নিশ্চেষ্টৌ নির্বিকারশ্চ লয়ো জয়তি যোগিনাম্ ॥ ৩১ ॥
 উচ্ছিন্নসর্বসঙ্কল্লো নিঃশেষাশেষচেষ্টিতঃ ।
 স্বাবগম্যো লয়ঃ কোহপি জায়তে বাগগোচরঃ ॥ ৩২ ॥
 যত্র দৃষ্টির্লয়স্তত্র ভূতেন্দ্রিয়সনাতনী ।
 সা শক্তির্জীৱভূতানাং হে অলক্ষ্যে লয়ং গতে ॥ ৩৩ ॥

সোহয়মিতি । সোহয়মেব চিত্তলয় এব মোক্ষাখ্যো মোক্ষপদবাচ্যঃ ।
 মতান্তরেহন্যমতে মাস্ত বা । চিত্তলয়স্ত স্মৃপ্তাবপি সত্ত্বান্ননঃপ্রাণয়োর্লয়ে
 সতি কশ্চিদনির্বাচ্য আনন্দঃ সংপ্রবর্ততে সম্যক্ প্ররভো ভবতি । অনি-
 র্বাচ্যানন্দাবিভাবে জীবমুক্তিস্থং ভবত্যেবেতি ভাবঃ ॥ ৩০ ॥

প্রনষ্টেতি । শ্বাসশ্চ নিশ্বাসশ্চ শ্বাসনিশ্বাসৌ প্রনষ্টৌ লীনৌ শ্বাসনিশ্বাসৌ
 যস্মিন্ স তথা । বাহ্যবায়োরন্তঃপ্রবেশনং শ্বাসঃ অন্তঃস্থিতস্ত বায়োর্বহ্নিঃসরণং
 নিশ্বাসঃ । প্রধ্বস্তঃ প্রকর্ষণে ধ্বস্তো নষ্টো বিষয়াণাং শব্দাদীনাং গ্রহো গ্রহণং
 যস্মিন্ । নির্গতো চেষ্টা কায়ক্রিয়া যস্মিন্ । নির্গতো বিকারোহন্তঃকরণক্রিয়া ।
 যস্মিন্ এতাদৃশো যোগিনাং লয়োহন্তঃকরণবৃত্তির্ধৈর্যাকাশা বৃত্তির্জয়তি
 সর্বৌৎকর্ষণে বর্ততে ॥ ৩১ ॥

উচ্ছিন্নেতি । উচ্ছিন্না নষ্টাঃ সর্বে সংকল্পা মনঃপরিণামা যস্মিন্ স তথা ।
 নির্গতঃ শেষো যেভ্যস্তানি নিশেবাণ্যশেষাণি চেষ্টিতানি তস্মিন্ স তথা স্বে-
 নৈবাবগম্যং বোদ্ধুং শক্যঃ স্বাবগম্যঃ বাচ্যমগোচরো বিষয়ঃ কোহপি বিল-
 ক্ষণো লয়ঃ জায়তে যোগিনাং প্রাহুর্ভবতি ॥ ৩২ ॥

যত্র দৃষ্টিরিতি । যত্র যস্মিন্ বিষয়ে ব্রহ্মণি দৃষ্টিবৃত্তঃকরণবৃত্তিস্তত্রৈব লয়ো
 ভবতি । ভূতানি পৃথিব্যাदीনি ইন্দ্রিয়াণি শ্রোত্রাদীনী সনাতনানি শাশ্বতানি

লয়ো লয় ইতি প্রাহঃ কীদৃশং লয়লক্ষণম্ ।

অপুনর্কাসনোথানাময়ো বিষয়বিস্মৃতিঃ ॥ ৩৪ ॥

বেদশাস্ত্রপুরাণানি সামান্যগণিকা ইব ।

একৈব শাস্ত্রবী মুদ্রা গুপ্তা কুলবধূরিব ॥ ৩৫ ॥

অন্তলক্ষ্যং বহির্দৃষ্টির্নিমেষোন্মেষবর্জিতা ।

এষা সা শাস্ত্রবী মুদ্রা বেদশাস্ত্রেষু গোপিতা ॥ ৩৬ ॥

যন্তাং সা সংকার্যবাদেহবিদ্যায়াং কার্যজাতস্ত সত্ত্বাং । জীবভূতানাং
প্রাণিনাং শক্তির্বিদ্যা ইমে হে অলক্ষ্যে ব্রহ্মণি লয়ং গতে যোগিনামিতি
শেষঃ ॥ ৩৩ ॥

লয় ইতি । লয় ইতি প্রাহর্ষদত্তি বহবঃ । লয়স্ত লক্ষণং লয়স্বরূপং
কীদৃশমিতি প্রশ্নপূর্বকং লয়স্বরূপমাহ অপুনরिति । অপুনর্কাসনোথানাং
পুনর্কাসনাস্থানাভাবাধিষ্যবিস্মৃতির্বিষয়াণাং শব্দাদীনাং ধ্যেয়াকারস্ত বিষয়স্ত
বা বিস্মৃতির্লয়ো লয়শকার্থ ইত্যর্থঃ ॥ ৩৪ ॥

বেদেতি । বেদাশ্চত্বাবঃ শাস্ত্রাণি ষট্ পুরাণান্যষ্টাদশ সামান্যা গণিকা
ইব বেদা ইব । বহুপুরুষগম্যত্বাং । একা শাস্ত্রবী মুদ্রৈব কুলবধূরিব কুল-
জীব গুপ্তা । পুরুষবিশেষগম্যত্বাং ॥ ৩৫ ॥

চিন্তলয়ায় প্রাণলয়সাধনীভূতাং মুদ্রাং বিবক্ষুস্তত্র শাস্ত্রবীং মুদ্রামাহ ।
অন্তলক্ষ্যমিতি । অন্তঃ আধারাদিব্রহ্মরক্তান্তেষু চক্রেষু মধ্যে স্বাভিমতে
চক্রে লক্ষ্যমন্তঃকরণবৃত্তিঃ । বহির্দেহাহিঃপ্রদেশে দৃষ্টিঃ চক্ষুঃসম্বন্ধঃ । কীদৃশী
দৃষ্টিঃ নিমেষোন্মেষবর্জিতা নিমেষঃ পক্ষসংযোগঃ উন্মেষঃ পক্ষসংযোগবিলেপঃ
তান্ত্যাং বর্জিতা রহিতা চিন্তস্ত ধ্যেয়াকারাবেশে নিমেষোন্মেষবর্জিতা দৃষ্টি-
ভবতি । সোঠৈতষা মুদ্রা শাস্ত্রবী শস্তোরিয়ং শাস্ত্রবী শিবপ্রিয়া শিবাবির্ভাব-
জনিকা বা ভবতি । কীদৃশী বেদশাস্ত্রেষু গোপিতা বেদেষু ঋগাদিষু শাস্ত্রেষু
সাক্ষ্যপাতঞ্জলাদিষু গোপিতা রক্ষিতা ॥ ৩৬ ॥

অন্তলক্ষ্যাবিলীনচিত্তপবনো যোগী যদা বর্ততে
 দৃষ্ট্যা নিশ্চলতাবয়া বহিরধঃ পশান্নপশান্নপি ।
 মুদ্রেয়ং খলু শাস্তবী ভবতি সা লব্ধা প্রসাদাকুরোঃ
 শূন্যাশূন্যবিলক্ষণং ক্ষুরতি তত্তত্ত্বং পদং শাস্তবম্ ॥ ৩৭ ॥
 শ্রীশাস্তব্যাসচ খেচর্য্যা অবস্থা ধামভেদতঃ ।
 ভবেচ্চিত্তলয়ানন্দঃ শূন্যে চিৎস্বথরূপিণি ॥ ৩৮ ॥

শাস্তবীং মুদ্রামভিনীয় দর্শয়তি অন্তলক্ষ্যমিতি । যদা যজ্ঞামবস্থায়ামস্তঃ অনাহতপথাদৌ যজ্ঞক্যং সগুণেধরমূর্ত্যাদিকং তত্ত্বমশ্রাদিবা ক্যালক্ষ্যং জীবধরভিন্নমহং ব্রহ্মাশ্রীতি বাক্যার্থভূতং ব্রহ্ম বা তস্মিন্ বিলীনো বিশেষণলীনো চিত্তপবনো মনোমারুতো যজ্ঞ স তথা যোগী বর্ততে । নিশ্চলতাবয়া নিশ্চলা স্থিরা তারা কণীনিকা যজ্ঞাং তাদৃশ্য দৃষ্ট্যা বহির্দেহাহিঃপ্রদেশে পশান্নপি চক্ষুঃসম্বন্ধং কুর্ত্বান্ অপি অপশন্ব বাহ্যবিষয়গ্রহণমকুর্ত্বান্ বর্ততে আস্তে । খলু ইতি বাক্যালঙ্কারে । ইয়মুক্তা শাস্তবীমুদ্রা শাস্তবীনামিকা মুদ্রয়তি ক্রেশানিতি মুদ্রা গুবোদ্দেশিকস্ব প্রসাদাং শ্রীতিপূর্ব্বকাদনুগ্রহালব্ধা প্রাপ্তা চেত্বেদমিতি বক্তু মশক্যং শাস্তবং শাস্তবীমুদ্রায়াং ভাসমানং পদং পদ্যতে গম্যতে যোগিভিরিতি পদমাস্ত্বস্বরূপং শূন্যাশূন্যবিলক্ষণং ধোয়াকারবৃত্তেঃ সত্ত্বাবাস্ত্ববিলক্ষণং তজ্জা অপি ভানাতাবাদশূন্যবিলক্ষণং তত্ত্বং বাস্তবিকং বস্ত্ব ক্ষুরতি প্রতীয়তে । তথাচোক্তং ।

অন্তলক্ষ্মনন্যধীরবিরতং পশুমুদ্রা সংযমী
 দৃষ্ট্যুন্মেষনিমেষবর্জিতমিরং মুদ্রা ভবেচ্ছাস্তবী ।
 গুপ্তেয়ং গিরিশেন তন্ত্রবিহৃষা তন্ত্বেসু তত্ত্বার্থিনাম্
 এষা শ্রাদ্ যমিনাং মনোলয়করী মুক্তিপ্রদা দুর্লভা ॥ ১ ॥
 উর্দ্ধদৃষ্টিরধোদৃষ্টিরুর্দ্ধবেধো হৃদঃশিরাঃ ।

রাধাযজ্ঞবিধানেন জীবমুক্তো ভবেৎ ক্ষিতৌ ॥ ২ ॥ ৩৭ ॥

শ্রীশাস্তব্য ইতি । শ্রীশাস্তব্যঃ শ্রীমত্যাঃ শাস্তবীমুদ্রায়াঃ খেচরীমুদ্রায়া-

তারে জ্যোতিষি সংযোজ্য কিঞ্চিদুন্নময়েদ্ভুবো ।
 পূৰ্ণযোগং মনো যুঞ্জমুন্নীকারকঃ ক্ষণাৎ ॥ ৩৯ ॥
 কেচিদাগমজ্ঞানেন কেচিগ্নিগমসঙ্কুলৈঃ ।
 কেচিত্তর্কেণ মুহুন্তি নৈব জানন্তি তারকম্ ॥ ৪০ ॥
 অন্ধোন্নীলিতলোচনঃ স্থিরমনা নাসাপ্রদত্তেক্ষণ-
 শ্চন্দ্রাকাবপি লীনতামুপনয়ম্মিষ্পন্দভাবেন যঃ ।

শাবস্থাদামভেদতঃ অবস্থাবস্থিতিধাম স্থানং তয়োর্ভেদাং শাস্ত্রব্যাং বহি-
 দৃষ্ট্যা বহিঃ স্থিতিঃ খেচর্যাং জন্মদ্যদৃষ্ট্যবস্থিতিঃ শাস্ত্রব্যাং হৃদয়ে ভাবনা-
 দেশঃ খেচর্যাং জ্ঞানপ্যে এব দেশঃ । তয়োর্ভেদাভ্যাং শূন্যে দেশকালবস্ত-
 পরিচ্ছেদশূন্যে সজাতীয়বিজাতীয়স্পগতভেদশূন্যে বা িংসুখরূপিণি চিদা-
 নন্দরূপিণ্যাত্মনি চিত্তলয়ানন্দো ভবেৎ জ্ঞানং । শ্রীশাস্ত্রবীথেচর্যোরবস্থাদাম-
 রূপসাধনাংশে ভেদঃ ন তু চিত্তলয়ানন্দরূপফলাংশ ইতি ভাবঃ ॥ ৩৮ ॥

উন্ননীমুদ্রামাহ তাবে ইতি । তারে নেত্রয়োঃ কণীণিকে জ্যোতিষি
 তারয়োনাসাগ্রে যোজনাং প্রকাশমানে তেজসি সংযোজ্য সংযুক্তে কৃত্বা
 ক্রবো কিঞ্চিৎ স্বল্পমুন্নয়েদৃদ্ধং নয়ং । পূৰ্ণঃ পূৰ্ণোক্তোহন্তর্লক্ষ্যবহির্দৃষ্টিরি-
 ত্যাকারকো যোগো যুক্তিযম্মিন তৎ তাদৃশং মনোহন্তঃকরণং যুঞ্জন্ যুক্তং কুর্কন্
 যোগী ক্ষণামুহূর্তাহুন্ননীকারকঃ উন্নন্যবষ্টাকারকো ভবতি ॥ ৩৯ ॥

উন্ননীমন্তরান্যস্তরপোপায়ো নাস্তীত্যাহ কেচিদিতি । কেচিচ্ছাস্ত্রত-
 জ্ঞাদিবিদঃ আগচ্ছন্তি বুদ্ধিমারোহন্ত্যর্থা এভ্য ইত্যগমাঃ শাস্ত্রতজ্ঞাদয়স্তেষাং
 জালৈর্জ্ঞানবদ্বন্ধনসাবধনৈস্তদুত্তৈঃ ফলৈর্মুহুন্তি মোহং প্রাপ্নুবন্তি । তত্রা-
 সক্তা বধ্যস্তে ইতি ভাবঃ । কেচিদ্দৈদিকা নিগমসঙ্কুলৈর্নির্গমানাং নিগমো-
 ক্তানাং সঙ্কুলৈঃ ফলবাহুণ্যৈর্মুহুন্তি । কেচিদ্দেশৈষিকাদয়স্তর্কেণ শুক্লজিত-
 যুক্তি বিশেষণে মুহুন্তি । তারয়তীতি তারকস্তং তারকং তরণোপায়ং নৈব
 জানন্তি । উল্লোম্মন্যেব তরণোপায়স্তং ন জানন্তীত্যর্থঃ ॥ ৪০ ॥

জ্যোতীরূপমশেষবীজমখিলং দেদীপ্যমানং পরং
তত্ত্বং তৎপদমেতি বস্তু পরমং বাচ্যং কিমত্রাধিকম্ ॥৪১॥
দিবা ন পূজয়েল্লিঙ্গং রাত্রৌ চৈব ন পূজয়েৎ ।
সর্বদা পূজয়েল্লিঙ্গং দিবারাত্রিনিরোধতঃ ॥ ৪২ ॥

অর্কোন্নীলিতেতি । অর্কং উন্নীলিতে অর্কোন্নীলিতে লোচনে যেন স
অর্কোন্নীলিতলোচনঃ অর্কোদ্বাটিতলোচন ইত্যর্থঃ । স্থিরং নিশ্চলং মনো
যস্ত স স্থিরমনাঃ । নাসায়া নাসিকায়্যা অগ্রেহগ্রভাগে নাসিকায়্যাং দ্বাদশাঙ্গুল-
পর্যন্তে বা দত্তে প্রহিতে ঈক্ষণে যেন স নাসাগ্রদত্তেক্ষণঃ । তথাহ
দ্বাদশাঙ্গুলপর্যন্তে নাসাগ্রে বিমলেহস্থরে ।

সংবিদ্বশোঃ প্রশাম্যন্ত্যোঃ প্রাণস্পন্দো নিরুধাতে ॥ ইতি বাশিষ্ঠে ॥
নিষ্পন্দস্ত নিশ্চলস্ত ভাবো নিষ্পন্দভাবঃ কায়েন্দ্রিয়মনসাং নিশ্চলত্বং তেন
চন্দ্রাকৌ চন্দ্রস্বর্ধাবপি লীনতাং লীনস্ত ভাবো লীনতা লয়ন্তমুপনয়ন্ প্রাপয়ন্
কায়েন্দ্রিয়মনসাং নিশ্চলত্বেন প্রাণসংকারমপি স্তম্ভয়ন্নিত্যর্থঃ । তদ্ব্তং প্রাক্ ।
মনো যত্র বিলীয়েতেত্যাদিপূর্বোক্ত বিশেষণসম্পন্নো যোগী জ্যোতীরূপং
জ্যোতিরিবাখিলপ্রকাশকং রূপং যস্ত স তথা তমশেষবীজমাকাশাহ্যংপত্তি-
দ্বারা সর্বকারণমখিলং পূর্ণং দেদীপ্যমানমতিশয়েন দীপ্যত ইতি দেদীপ্য-
মানং তং তথা স্বপ্রকাশকং পরং কায়েন্দ্রিয়মনসাং সাক্ষিণং তত্ত্বমনাবোপিতং
বাস্তবিকমিত্যর্থঃ । তদিদমিতিবক্তুমশক্যং পদ্যতে গম্যতে যোগিভিরিতি
পদং পরমং সর্বোৎকৃষ্টং বস্তু আশ্চর্যরূপং এতি প্রাপ্নোতি । উন্নয়বস্থায়াং
স্বস্বরূপাবস্থিতো যোগী ভবতীত্যর্থঃ । অত্রাধিকং কিং বাচ্যং । অপরং বস্তু
প্রাপ্নোতীত্যত্র কিং বক্তব্যমিত্যর্থঃ ॥ ৪১ ॥

উন্ননীভাবনয়োঃ কালনিয়মাভাবমাহ দিবা নেতি । দিবা স্বর্ধ্যসংকারে
লিঙ্গং সর্বকারণমাত্মনং এতস্মাদাত্মন আকাশঃ সমুত ইত্যাদিভ্রুতেঃ । ন
পূজয়েৎ ন ভাবয়েৎ । ধ্যানমেবাস্তপূজনং । তদ্ব্তং

ধ্যানোপহার এবাস্তা ধ্যানমস্ত মহার্চনং ।

দিনা তেনেতরেণায়মাস্তা লভ্যত এব ন ॥ ইতি বাশিষ্ঠে ॥

চতুর্থোপদেশঃ ।

কিষ্কিন্ধ্যা ১৩১

ভবানিবৃত্ত

অথ খেচরী ।

সব্যদক্ষিণনাড়ীশ্চো মধ্যো চরতি মারুতঃ ।

তিষ্ঠতে খেচরী মুদ্রা তস্মিন্ স্থানে ন সংশয়ঃ ॥ ৪৩ ॥

ইড়াপিঙ্গলয়োর্মধ্যে শূন্যকৈবালিলং গ্রসেৎ ।

তিষ্ঠতে খেচরী মুদ্রা তত্র সত্যং পুনঃ পুনঃ ॥ ৪৪ ॥

সূর্য্যচন্দ্রমসোর্মধ্যে নিরালম্বান্তরং পুনঃ ।

সংস্থিতা ব্যোমচক্রে যা সা মুদ্রা নাম খেচরী ॥ ৪৫ ॥

রাত্রৌ চন্দ্রসংস্পর্শে চ নৈব পূজয়েৎ নৈব ভাবয়েৎ । চন্দ্রস্বর্ঘ্যসংস্পর্শে
চিহ্নৈর্হৃদয়াভাবাং । চলে বাতে চলং চিত্তমিহুক্রত্বাং । দিব্যরাত্রিনিরো-
ধতঃ স্বর্ঘ্যচন্দ্রৌ নিকৃধ্য । ল্যবোপে পঞ্চমী তস্তাঃ সৃষ্টি । সর্ষদা সর্ষস্মিন্
কালে লিঙ্গং আত্মানং পূজয়েভাবয়েৎ । স্বর্ঘ্যচন্দ্রয়োনি বোধে রুতে সূর্য্য-
স্তর্গতে প্রাণে মনঃস্বৈর্ঘ্যং । তদুক্তং । সূর্য্যস্তর্গতে বায়ৌ মনঃস্বৈর্ঘ্যং
প্রজায়তে ইতি ॥ ৪২ ॥

খেচরীমাহ সব্যেতি । সব্যদক্ষিণনাড়ীশ্চঃ বামতদিতরনাড়ীশ্চো মারুতো
বায়ুঃ যত্রমধ্যে চরতি যস্মিন্ মধ্যপ্রদেশে গচ্ছতি তস্মিন্ স্থানে তস্মিন্ প্রদেশে
খেচরীমুদ্রা তিষ্ঠতে স্থিরা ভবতি । প্রকাশনশ্বেয়াখ্যায়োশ্চৈত্যান্নেনেপদং । ন
সংশয়ঃ উক্তার্থে সন্দেহো নাস্তীত্যর্থঃ ॥ ৪৩ ॥

ইড়াপিঙ্গলয়োরিতি । ইড়াপিঙ্গলয়োঃ সব্যদক্ষিণনাড়্যোর্মধ্যে যং শূন্যং
খং কর্তৃ অনিলং প্রাণবায়ুং যত্র গ্রসেৎ । শূন্যে প্রাণস্ত স্থিরাভাব এব গ্রাসঃ ।
তত্র তস্মিন্ শূন্যে খেচরীমুদ্রা তিষ্ঠতে । পুনঃ পুনঃ সত্যমিতি যোজনা ॥ ৪৪ ॥

সূর্য্যচন্দ্রমসোরিতি । সূর্য্যচন্দ্রমসোরিড়াপিঙ্গলয়োর্মধ্যে নিরালম্বং যদন্ত-
রমবকাশস্তত্র । পুনঃ পাদপূরণে । ব্যোম্যং ধানং চক্রে সমুদায়ে । ভূমধ্যে
সর্ষধানং সমধ্বাং । তদুক্তং পঞ্চমীতঃসমস্থিত ইতি । যা সংস্থিতা সা
মুদ্রা খেচরী নাম ॥ ৪৫ ॥

সোমাদ্যত্রোদিতা ধারা সাক্ষাৎ সা শিববল্লভা ॥ ৪৬ ॥
 পূরয়েদতুলাং দিব্যাং সুষুম্নাং পশ্চিমে মুখে ।
 পুরস্তাচ্চৈব পূর্যেত নিশ্চিতা খেচরী ভবেৎ ।
 অভাস্তা খেচরী মুদ্রা পুণ্মনী সংপ্রজায়তে ॥ ৪৭ ॥
 ভ্রুবোর্শ্মধ্যে শিবস্থানং মনস্তত্র বিলীয়তে ।
 জ্ঞাতব্যং তৎপদং তুর্যং তত্র কালো ন বিদ্যতে ॥ ৪৮ ॥
 অভ্যসেৎ খেচরীং তাবদ্যাবৎ স্তাদ্যোগনিদ্রিতঃ ।
 সংপ্রাপ্ত্যযোগনিদ্রস্ত কালো নাস্তি কদাচন ॥ ৪৯ ॥

সোমাদিতি । সোমাক্তাদ্যত্র যত্র যত্রাং খেচর্যাং ধারাহমৃতধারা উদিতো-
 দ্রুতা সা খেচরী সাক্ষাৎ শিববল্লভা শিবস্ত প্রিয়েতি পূর্বেণাশ্রয়ঃ ॥ ৪৬ ॥

অতুলাং নিশ্চলাং নিরুপমাং দিব্যাং সৰ্ব্বনাড্যুক্তমাং সুষুমাং পশ্চিমে মুখে
 পূরয়েৎ । জিহ্বয়েতি শেষঃ । পুরস্তাচ্চৈবেতি । পুরস্তাচ্চৈব পূর্কতোঃপি
 পূর্যেত । সুষুম্নাং প্রাণেনেতি শেষঃ । যদি তর্হি নিশ্চিতাসন্ধিকা খেচরী
 খেচর্যাখ্যা মুদ্রা ভবেদिति । যদি ত্ পুরস্তাং প্রাণেন ন পূর্যেত জিহ্বা-
 মাত্রেন পশ্চিমতঃ পূর্যেত তর্হি মূঢ়াবস্থাজনিকা । ন নিশ্চিতা খেচরী স্তাদিতি
 ভাবঃ । খেচরীমুদ্রাপ্যভ্যস্তা সতী উন্ননী সংপ্রজায়তে চিত্তস্ত ধ্যেয়াকারা-
 বেশান্তুর্যাবস্থা ভবতীত্যর্থঃ ॥ ৪৭ ॥

ভ্রুবোরিতি । ভ্রুবোর্শ্মধ্যে ভ্রুবোরস্তরালে শিবস্থানং শিবশ্চেশ্বরস্ত স্থানং
 শিবস্ত সুখরূপস্তাশ্রনোহবস্থানমিতি শেষঃ । তত্র তস্মিন্ শিবে মনো লীয়তে
 শিবাকারবৃত্তিপ্রবাহবন্ততি । তচ্চিত্তলয়রূপং তুর্যং পদং জাগ্রৎস্বপ্নসুষুপ্তি-
 ভাঃতুর্যখ্যং জ্ঞাতব্যং । তত্র তস্মিন্ পদে কালো মূঢ়্যন বিদ্যতে । যদা
 স্বর্ঘ্যচন্দ্রয়োনিরোধাদ্যুঃক্ষয়কারকঃ কালঃ সময়ো ন বিদ্যত ইত্যর্থঃ । তদুক্তং
 ভোক্তৃ সুষুমা কালশ্চেতি ॥ ৪৮ ॥

অভ্যসেদिति । তাবৎ খেচরীং মুদ্রামভ্যসেৎ । যাবদ্যোগনিদ্রিতঃ ।

নিরালম্বং মনঃ কৃতা ন কিঞ্চিদপি চিন্তয়েৎ ।
 মহাবাহ্যন্তরে ব্যোম্নি ঘটবৎ তিষ্ঠতি ধ্রুবম্ ॥ ৫০ ॥
 বাহুবান্ধুর্গথা লীনস্তথা মধো ন সংশয়ঃ ।
 স্বস্থানে স্থিরতামেতি পবনো মনসা সহ ॥ ৫১ ॥
 এবসভ্যনমানস্ত বায়ুমার্গে দিবানিশম্ ।
 অভ্যানাজ্জীৰ্যতে বায়ুর্মনস্তত্রৈব লীয়তে ॥ ৫২ ॥

যোগঃ সৰ্ব্ববৃত্তিনিবোধঃ সৈব নিদ্রা যোগনিদ্রা সংজাতা ইতি যোগনি-
 দ্রিতঃ তাদৃশঃ স্তাৎ । সংপ্রাপ্তা যোগনিদ্রা যেন স সংপ্রাপ্তযোগনিদ্রস্তস্ত
 কদাচন কস্মিংশ্চিদপি সময়ে কালো মূহুর্নাস্তি ॥ ৪৯ ॥

নিরালম্বমিতি । যো নিরালম্বমালম্বশূন্যং মনঃ কৃতা কিঞ্চিদপি ন চিন্ত-
 য়েৎ গেচরীমুদ্রায়াং জায়মানায়াং ব্রহ্মাকাশমপি বৃত্তিং পবনৈবান্যেণ পরিত্য-
 জেদিত্যর্থঃ । স যোগী বাহ্যভ্যন্তরে বাহুে বহির্ভবে আভ্যন্তরেহভ্যন্তর্ভবে
 চ ব্যোম্নি আকাশে ঘটবৎ তিষ্ঠতি ধ্রুবং নিশ্চিতমেতৎ । যথাকালে ঘটো
 বহিরন্তশ্চাকাশপূর্ণো ভবতি তথা খেচর্য্যামালম্বনপরিত্যাগেন যোগী ব্রহ্মণা
 পূর্ণস্ଥିতীত্যর্থঃ ॥ ৫০ ॥

বাহেতি । বাহো দেহাদ্বহির্ভবো বায়ুর্গথা লীনো ভবতি । খেচর্য্যং তস্তা-
 ন্তঃপ্রবৃত্ত্যভাবাৎ । তথা মধ্যো দেহমধ্যবর্তী বায়ুর্লীনো ভবতি । তস্ত বহিঃ-
 প্রবৃত্ত্যভাবাৎ । ন সংশয়ঃ অস্মিন্নর্থো সন্দেহো নাস্তীত্যর্থঃ । স্থীয়তে স্থিরী-
 ভূতয়েহস্মিন্নিতি স্থানং স্বস্থ প্রাপ্ত স্থানং স্থৈর্য্যাধিষ্ঠানং ব্রহ্মবদ্রং তত্র মনসা
 চিন্তেন সহ পবনঃ প্রাণঃ স্থিরতাং নিশ্চলতামেতি প্রাপ্নোতি ॥ ৫১ ॥

এবমুক্তপ্রকারেণ বায়ুমার্গে প্রাণমার্গে অয়ুমার্যামিত্যর্থঃ । দিবানিশং
 রাত্রিন্দিবমভ্যনমানস্তাভ্যাসং কুর্স্বতো যোগিনোহভ্যাসাদ্ যত্র যস্মিন্ আধারে
 বায়ুঃ প্রাণঃ জীৰ্যতে ক্ষীয়তে লীয়তে ইত্যর্থঃ । তত্রৈব বায়োল্লয়াধিষ্ঠানে
 মনশ্চিন্তং লীয়তে জীৰ্যতে ইত্যর্থঃ ॥ ৫২ ॥

অমৃতৈঃ প্লাবয়েদেহমাপাদতলমস্তকম্ ।

সিদ্ধাত্যেব মহাকায়ে মহাবলপরাক্রমঃ ॥ ৫৩ ॥

ইতি থেচরী ॥

শক্তিমধ্যে মনঃ কৃত্বা শক্তিং মানসমধ্যগাম্ ।

মনসা মন আলোক্য ধারয়েৎ পরমং পদং ॥ ৫৪ ॥

খমধ্যে কুরু চাত্মানমাত্মমধ্যে চ খং কুরু ।

সৰ্ব্বঞ্চ খময়ং কৃত্বা ন কিঞ্চিদপি চিন্তয়েৎ ॥ ৫৫ ॥

অমৃতৈরिति । অমৃতৈঃ স্থধিরনির্গতৈঃ । পাদতলক মস্তকক পাদতলমস্তকং ।
দ্বন্দ্বশ্চ প্রাণিতৃপ্যসেনাস্থানামিত্যেকবচনঃ । পাদতলমস্তকমভিব্যাপ্যেত্য
পাদতলমস্তকং দেহমাপ্লাবয়েদাপ্লাবিতং কুর্য্যাৎ । মহান্বকৃষ্টঃ কায়ে যন্ত
স মহাকায়ঃ মহাত্তো বলপরাক্রমো যন্তেত্যেতাদৃশো যোগী সিদ্ধাত্যেব ।
অমৃতাপ্লাবনেন সিদ্ধো ভবত্যেব ॥ ৫৩ ॥

শক্তিরिति । শক্তিঃ কুণ্ডলিনী তন্ত্রা মধ্যে মনঃ কৃত্বা তন্ত্রাং মনো ধৃত্বা
তদাকারং মনঃ কৃত্তেত্যর্থঃ শক্তিং মানসমধ্যগাং কৃত্বা । শক্তিধ্যানাবেশা-
চ্ছক্তিং মনশ্চেকীকৃত্য তেন কুণ্ডলীং বোধয়িত্তেতি যাবৎ । প্রবুদ্ধা বহ্নিযো-
গেন মনসা মরুতা সহেতি গোরক্ষোক্তেঃ । মনসাস্তঃকরণেন মন আলোক্য
বুদ্ধিং মনসাবলোকনেন স্থিরীকৃত্তেত্যর্থঃ । পবমম্পদং সৰ্ব্বোৎকৃষ্টং স্বরূপং
ধারণে ধারণাবিষয়ং কুর্গাদিত্যর্থঃ ॥ ৫৪ ॥

খমধ্য ইতি । খমিব পূর্ণং ব্রহ্ম খং তন্মধ্যে আত্মানং খস্বরূপং কুরু ।
ব্রহ্মাহমিতি ভাবয়েত্যর্থঃ । আত্মমধ্যে খস্বরূপে চ খস্পূর্ণং ব্রহ্ম কুরু । অহং
ব্রহ্মেতি চ ভাবয়েত্যর্থঃ । সৰ্ব্বঞ্চ খময়ং কৃত্বা ব্রহ্মময়ং বিভাব্য কিমপি ন
চিন্তয়েৎ । অহং ব্রহ্মেতি ধ্যানমপি পরিত্যজেদিত্যর্থঃ ॥ ৫৫ ॥

অন্তঃশূন্যো বহিঃশূন্যঃ শূন্যভূত ইবান্বরে ।

অন্তঃপূর্ণো বহিঃপূর্ণঃ পূর্ণঃ কুন্ত ইবার্ণবে ॥ ৫৬ ॥

বাহুচিন্তা ন কর্তব্য। তথৈবাস্তুরচিন্তনম্ ।

সৰ্বচিন্তাং পরিত্যজ্য ন কিঞ্চিদপি চিন্তয়েৎ ॥ ৫৭ ॥

সংকল্পমাত্রকলনৈব জগৎ সমগ্রং ।

সংকল্পমাত্রকলনৈব মনোবিলাসঃ ।

সংকল্পমাত্রমতিমুৎস্রজ নির্ঝিকল্প-

শান্তিত্য নিশ্চয়মবাপু হি রাম শান্তিম্ ॥ ৫৮ ॥

এবং সমাহিতস্ত স্বরূপে স্থিতিমাহ অন্তঃশূন্য ইতি । অন্তঃ অন্তঃ-
করণে শূন্যঃ ব্রহ্মাতিবিভবন্তেবভাবাদ্বিতীয়শূন্যঃ । বহিরন্তঃকরণাদ্বহিরপি শূন্যঃ ।
দ্বিতীয়দর্শনাৎ । অন্বরে আকাশে কুন্তো ষটো যথাস্তর্বহিঃশূন্যাস্তদ্বদন্তঃ-
করণে হৃদাকাশে বায়ুপূর্ণঃ ব্রহ্মাকারবৃত্তেঃ সছাবাদ্রুক্ষবাসস্তাৎ । বহিঃ পূর্ণো-
হন্তঃকরণাদ্বহিঃসদবকাশাদ্বহিঃ পূর্ণঃ । সত্তয়া ব্রহ্মাতিরিক্তবৃত্তেরভাবাদ্রুক্ষ-
পূর্ণত্বাদ্ভা । অর্ণবে সমুদ্রে কুন্তো ষটো যথা সর্বতো জলপূর্ণো ভবত্যেবং
সমাধিনিষ্ঠো যোগী ব্রহ্মপূর্ণো ভবতীত্যর্থঃ ॥ ৫৬ ॥

বাহুচিন্তেতি । সমাহিতেন যোগিনেভ্যধ্যাহারঃ বাহুচিন্তা বাহুবিশয়া
চিন্তা ন কর্তব্য। তথৈব বাহুচিন্তাকরণবদাস্তুরচিন্তনমাস্তরাণাং মনসা পরি-
কল্পিতানাশামোদকসৌধবাটিকাদীনাং চিন্তনং ন কর্তব্যমিতি লিঙ্গবিপরি-
ণামেনাশ্বয়ঃ । সর্বচিন্তাং বাহ্যাস্তুরচিন্তনং পরিত্যজ্য কিঞ্চিদপি ন চিন্তয়েৎ
পরৈবরাগেপাদ্ব্যাকাবরুতিমপি পরিত্যজেৎ । তন্ত্যাগে স্বরূপাবস্থিতরূপা
জীবমুক্তির্ভবতীতি ভাবঃ ॥ ৫৭ ॥

বাহ্যাস্তুরচিন্তাপরিত্যাগে শান্তিঃ ভবতীত্যত্র বশিষ্ঠবাক্যং প্রমাণয়তি ।
সংকল্পেতি সঙ্কল্পো মানসিকঃ ব্যাপারঃ স এব সঙ্কল্পমাত্রং তস্ত কলনৈব বচ-
নৈবেদং দৃশ্যমানং সমগ্রং জগৎ । বাহুপ্রপঞ্চে মনোমাত্রকল্পিত ইত্যর্থঃ ।

কপূরমনলে যদ্বং মৈকবং সলিলে যথা ।

তথা সন্ধীয়মানঞ্চ মনস্তত্ত্বে বিলীয়তে ॥ ৫৯ ॥

জ্যেয়ং সর্কং প্রতীতঞ্চ জ্ঞানঞ্চ মন উচ্যতে ।

জ্ঞানং জ্যেয়ং সমং নষ্ঠং নান্যং পশ্বা দ্বিতীয়কং ॥ ৬০ ॥

মনসো মানসত্র বিলাসো নানাবিষয়বাবকল্পনা আশামোদকদৌৰবাটিকাদি-
কল্পনারূপো বিলাসঃ সংকল্পমাত্রকল্পনৈব । মানসঃ প্রপঞ্চোহপি সঙ্কল্পমাত্র-
রচনৈবেত্যর্থঃ । সঙ্কল্পমাত্রে বাহ্যভ্যন্তরপ্রপঞ্চো যো মতিঃ সত্যবুদ্ধিঃ তামং-
হজ্ঞ । তর্হি কিং কর্তব্যমিত্যাহ নির্দিকল্পেতি । বিশিষ্টকল্পনা
বিকল্পঃ । আত্মনি কর্তৃত্বভোক্তৃত্বস্থিতিসম্বন্ধাভিবিজাতীয়স্বগতভেদদেশ-
কালবস্তুপরিচ্ছেদকল্পনারূপঃ তস্মান্নিকৃত্যো নির্দিকল্পস্তমান্নানমাশিত্য ধার-
ণাদিবিষয়ং কৃত্বা হে রাম নিঃস্বপনমসন্দিক্তং শান্তিং পরমোপবতিমবাণুসি ।
ততঃ সূখমপি প্রাপ্তমসীতি ভাবঃ । ততঃ ভগবতী ব্যতিরেকেণ । ন চাভা-
বযতঃ শান্তিরশাক্ষ্যং কৃতঃ সূখমিতি ॥ ৫৮ ॥

কপূরমিতি । যদ্বং যথাহ নলেহংগৌ সন্ধীয়মানং সংযোজ্যমানং কপূরং
বিলীয়তে বিশেষণ লীযতে লীনং ভবতি অখ্যাকারং ভবতি । যথা
সলিলে জলে সন্ধীয়মানং মৈকবং লবণং বিলীয়তে লবণাকারং পরিত্যক্ত্য
জলাকারং ভবতি তথা তদ্বস্তত্ত্বে আত্মনি সন্ধীয়মানং কার্যমানং মনো বিলী-
য়তে আত্মাকারং ভবতি ॥ ৫৯ ॥

মনসো বিলয়ে জাতে দ্বৈতমপি লীয়ত ইত্যাহ ত্রিভিঃ । জ্যেয়মিতি ।
সর্কং সকলং জ্যেয়ং জ্ঞানার্হং প্রতীতঞ্চ জ্ঞাতঞ্চ জ্ঞানঞ্চ ইদং সর্কং মন
উচ্যতে । সর্কস্ত মনঃকল্পনামাত্রদ্বয়ং মনঃশব্দেনোচ্যতে । জ্ঞানং জ্যেয়ঞ্চ
সমং মনো বিলীয়তে মনসা সার্কং নষ্ঠং যদি তর্হি দ্বিতীয়কঃ দ্বিতীয় এব দ্বিতী-
য়কঃ পশ্বা মনোবিষয়ো নাস্তি । দ্বৈতং নাস্তীতি ফলিতার্থঃ ॥ ৬০ ॥

মনোদৃশ্যমিদং সৰ্ব্বং যংকিঞ্চিৎ সচরাচরম্ !

মনসো হ্যাম্মনীভাবাদ্ভৈতং নৈবোপলক্ষ্যতে ॥ ৬১ ॥

জ্ঞেয়বস্তুপরিত্যাগাদ্বিলয়ং যাতি মানসম্ ।

মনসো বিলয়ে জাতে কৈবল্যমবশিষ্যতে ॥ ৬২ ॥

এবং নানাবিধোপায়াঃ সম্যক্ স্বানুভবান্বিতাঃ ।

সমাধিমার্গাঃ কথিতাঃ পূৰ্ণাচার্যৈর্মহাত্মভিঃ ॥ ৬৩ ॥

মনোদৃশ্যমিতি । ইদমুপলভ্যমানং যংকিঞ্চিৎ যংকিমপি চরং জঙ্ঘম-
চরণং স্বাবয়ং চরণং চাচরণং চ চরাচরে তাভ্যাং সহ বর্তত ইতি সচরাচরং
যজ্জগৎসৰ্ব্বং মনোদৃশ্যং মনসা দৃশ্যং মনঃ সঙ্কল্পমাত্রমিত্যর্থঃ । মনঃ সঙ্কল্প-
নাসন্ধে প্রতীতেভদ্রভাবে চাপ্রতীতেভ্রম এব সৰ্ব্বং জগৎ । ভ্রমস্ত প্রতীত-
করণাবস্থাং । ন চ বৌদ্ধমতপ্রসঙ্গঃ । ভ্রবাদিষ্ঠানস্ত ব্রহ্মণঃ সত্যত্বাভ্যুপগমাং ।
মনস উন্মত্তনীভাবাদ্বিলয়াদ্ভৈতং ভৈদং নৈবোপলভ্যতে নৈব প্রতীয়তে । ভৈত-
ভ্রমহেতোঃ মনঃসঙ্কল্পতাভাবাং । হি তদ্বৈতাবব্যয়ং ॥ ৬১ ॥

জ্ঞেয়মিতি । জ্ঞেয়ং জ্ঞানবিষয়ং বহুস্ত সৰ্ব্বং চরাচরং বহুদৃশ্যং তস্ত পবি-
ত্যাগাং নামরূপান্তরস্ত তস্ত পবিরজ্জনাহ্নিমং সচ্চিদানন্দরূপান্বাকারং
ভবতি । মনসো বিলয়ে জাতে সতি কৈবল্যং কৈবল্যজ্ঞানো ভাবঃ কৈবল্য-
মবশিষ্যতে । অদ্বিতীয়ান্নরূপমবশিষ্টং ভবতীত্যর্থঃ ॥ ৬২ ॥

এবমিতি । এবমন্তর্লক্ষ্যং বহির্দৃষ্টিবিত্যাহ্যুক্তপ্রকাৰেণ মহান্ সমাধি-
পরিণীলনশুদ্ধ আত্মাত্মকরণং যেযাং তে মহাত্মানৈর্মহাত্মভিঃ পূৰ্বে চ তে
আচার্য্যাশ্চ পূৰ্ণাচার্যা মংশ্চেন্দ্রাদয়নৈঃ সমাধেচ্চিত্তবৃত্তিনিরোধস্ত মার্গাঃ
প্রাপ্ত্যুপায়াঃ কথিতাঃ । কীদৃশাঃ সমাধিমার্গাঃ । নানাবিধোপায়াঃ নানা-
বিধা উপায়াঃ সাধনানি যেযাং তে তথা সম্যক্ সমীচীনতয়া মংশয়বিপর্যয়-
রাহিত্যেন ং স্বানুভব আত্মানুভবশ্চেন্দ্রাদিত্য যুক্তাঃ ॥ ৬৩ ॥

সুসুম্নায়ৈ কুণ্ডলিন্যৈ সুধায়ৈ চন্দ্রজম্বনে ।

মনোম্মন্যৈ নমস্তভ্যং মহাশক্ত্যৈ চিদাম্বনে ॥ ৬৪ ॥

অশক্যতত্ত্ববোধানাং মূঢ়ানামপি সম্মতম্ ।

প্রোক্তং গোরক্ষনাথেন নাদোপাননমুচ্যতে ॥ ৬৫ ॥

শ্রীআদিনাথেন নপাদকোটি-

লয়প্রকারাঃ কথিতা জয়ন্তি ।

নাদানুসন্ধানকমেকমেব

মন্যামহে মুখ্যতমং লয়ানাম্ ॥ ৬৬ ॥

সুসুম্নাদিভ্যঃ কৃতরূতাস্তাঃ প্রথমতি সুসুম্নায়ৈ ইতি । সুসুম্না মধ্যনাড়ী তন্ত্রে কুণ্ডলিত্তে আধারশক্ত্যৈ । চন্দ্রাদ্ভ্রমধ্যম্বাজ্জম্ব বস্ত্রাহুস্ত্রে সুধায়ৈ পীয়ুষায়ৈ মনোম্মন্যে তুর্ধ্যাবস্থায়ৈ । চিচ্চৈতন্যমাত্রা স্বরূপং যন্তাঃ সা তথা তন্ত্রে মহতী জড়ানাং কায়েশ্বরমনসাং চৈতন্যসম্পাদকত্বাং সর্বোত্তমা যা শক্তি-
শিচ্ছক্তিঃ পুরুষরূপা তন্ত্রে । তৃত্যমিতি প্রত্যেকং সম্বধ্যতে । নমঃ প্রহ্লী-
ভাবোহস্ত ॥ ৬৪ ॥

নানাবিধান্ সমাধুপায়ানুজ্ঞা নাদানুসন্ধানরূপং মুখ্যোপায়ং প্রতিজা-
নীতে অশক্যোতি । অব্যুৎপন্নত্বাদশক্যস্তত্ত্ববোধস্তত্ত্বজ্ঞানং যেষাং তে তথা
তেষাং মূঢ়ানামনধীতানাং সম্মতং । অপিশঙ্ক্যং কিমুতাদীতানামিতি গম্যতে ।
গোরক্ষনাথেন প্রোক্তমিত্যনেন মহহুজ্ঞবাহুপাদেয়ত্বং গম্যতে । নাদস্থানা-
হতধ্বনেকরূপাসনেহনুসন্ধানরূপং সেবনমুচ্যতে কথ্যতে ॥ ৬৫ ॥

শ্রীআদিনাথেনৈতি । শ্রীআদিনাথেন শিবঃ কথিতাঃ প্রোক্তাঃ পাদেন
চতুর্ব্যংশেন সহ বর্তমানাঃ কোটিসংখ্যাকা বসপ্রাচীণচন্দ্রলয়সাধনভেদা
জয়ন্ত্যংকর্ষণে বর্তন্তে । বয়ং তু নাদানুসন্ধানকং নাদানুচিন্তনমেব একং
কেবলং লয়ানাং লয়সাধনানাং মধ্যে মুখ্যতমমতিশয়েন মুখ্যং মন্যামহে
জানীমহে উৎকৃষ্টানাং লয়সাধনানাং মধ্যে উৎকৃষ্টতমত্বাকোরক্ষাভিমতত্বাচ্চ
নাদানুসন্ধানমেব অবশ্যং বিধেয়মিতি ভাবঃ ॥ ৬৬ ॥

মুক্তাসনে স্থিতো যোগী মুদ্রাং সঙ্কায় শাস্তবীম্ ।

শৃণুয়াদ্ দক্ষিণে কর্ণে নাদমন্তঃস্থমেকধীঃ ॥ ৬৭ ॥

শ্রবণপুটনয়নযুগলস্ত্রাণমুখানাং নিরোধনং কার্যম্ ।

শুদ্ধমুখমাসরণৌ ক্ষুটমমলঃ শ্রয়ন্তে নাদঃ ॥ ৬৮ ॥

আরম্ভশ্চ ঘটশ্চৈব তথা পরিচয়োহপি চ ।

নিষ্পত্তিঃ সর্বযোগেষু স্রাদবস্থাচতুষ্টয়ম্ ॥ ৬৯ ॥

শাস্তবীমুদ্রয়া নাদানুসন্ধানমাহ মুক্তাসন ইতি । মুক্তাসনে সিদ্ধাসনে স্থিতো যোগী শাস্তবীম মুদ্রামন্তলক্ষ্যং বহির্দৃষ্টিপ্রিত্যাদিনোক্তং সঙ্কায় কৃত্বা । একধীবেকাপ্রচিহ্নিতঃ সন্ দক্ষিণে কর্ণে তৎস্থমুখানাড্যাং সন্তমেব নাদং শৃণুয়াৎ । তদুক্তং ত্রিপুরাসাবসমুচ্চয়ে । আদৌ মন্তালিমালাজনিতবসমস্তারসংস্কার-কাবী নাদোহসৌ বাঃশিক্তানিলভরিতলসদ্বংশনিঃস্বানতুল্যঃ । ঘটানাদানু-কারী তদনুচরজলধিঙ্গানধীবো গভীবো গর্জন পর্জন্যঘোষঃ পর ইহ কুহরে বর্ত্ততে ব্রহ্মনাড্যা ইতি ॥ ৬৭ ॥

পরামুখীমুদ্রয়া নাদানুসন্ধানমাহ । শ্রবণপুটে নয়নয়োনেত্রয়োৰুগলং যুগ্মং ত্রাণশব্দেন ত্রাণপুটে মুখমাশ্রমেযাং । বন্ধে প্রাণ্যঙ্গস্তাদেকবভাবে প্রাপ্তেহপি সর্বত্রাপি বন্ধে কবভাবস্ত বৈকল্পিকত্বান্ন ভবতি । তেষাং নিবোধনং করাজুলিভিঃ কার্যং । নিবোধনং চেৎ । “অঙ্গুষ্ঠাভ্যামুভৌ কর্ণৌ তর্জনীভ্যাপ্য চক্ষুযী । নাসাপুটৌ তথাত্মাভ্যং প্রচ্ছাদ্য করণানি চেতি” চকারাতদাত্মাভ্যং যুগ্মং প্রচ্ছাদ্যেতি সমুচীয়তে । শুদ্ধা প্রাণায়ামৈর্মল-রহিতা যা অযুমাশরণিঃ অযুমাগতস্তিস্তম্মামলো নাদঃ ক্ষুটং ব্যক্তং শ্রয়-তে ॥ ৬৮ ॥

অথ নাদস্য চতস্রোহবস্থাঃ প্রাহ আরম্ভশ্চেতি । আবস্তাবস্থা ঘটাবস্থা পরিচয়াবস্থা নিষ্পত্ত্যবস্থা ইতি । সর্বযোগেষু সর্বেষু চিত্তবৃত্তিনিরোধোপা-য়েষু শাস্তব্যাদিষু ব্যবস্থাচতুষ্টয়ং স্রাং । চ চৈবতথাপিচাঃ পাদপূরণার্থাঃ ॥৬৯॥

অথারম্ভাবস্থা ।

ব্রহ্মগ্রন্থেভবেদেদ আনন্দঃ শূন্যাসম্ভবঃ ।

বিচিত্রঃ কণকো দেহেহনাহতঃ শ্রীযতে ধ্বনিঃ ॥ ৭০ ॥

দিব্যদেহশ্চ তেজস্বী দিব্যগন্ধস্তুরোগবান্ ।

সম্পূর্ণহৃদয়ঃ শূন্য আরম্ভে যোগবান্ ভবেৎ ॥ ৭১ ॥

অথ ঘটাবস্থা ।

দ্বিতীয়ায়াং ঘটীকৃত্য বায়ুচর্বাণি মধ্যগঃ ।

দৃঢ়ামনো ভবেদ যোগী জ্ঞানী দেহমমস্তদা ॥ ৭২ ॥

তত্রাবস্থাবস্থামাহ । ব্রহ্মগ্রন্থেহিতি ব্রহ্মগ্রন্থেবনাহতচক্রে ত্তর্মানায়া ভেদঃ প্রণাবামাভ্যাসেন ভেদনং যথা ভবেদেদেতি বহুদোষদ্ব্যাহাঃ । আনন্দ-
রতীতানন্দঃ আনন্দজনকঃ শূন্যো দদদ্যাকাশে সম্ভবতীতি শূন্যাসম্ভবো হৃদা-
কাশোঃপরে । বিচিত্রো নানাবিধঃ কণো নবর্ণবিন্দু-স এব কণকঃ । ভূষণ-
বিন্দুসদৃশ ইত্যর্থঃ । ভূষণানাং ৮ শিঙিতং । নিকাবো নিকণঃ কাণঃ কণঃ
কর্ণনমিত্যপীত্যনবঃ । অনাহতো ধ্বনিবনাহততা নিক্রাদো দেহে দেহমধ্যে
শ্রীয়েতে শব্দবর্ণিশবো ভবনীত্যর্থঃ ॥ ৭০ ॥

দিব্যদেহ ইতি । শূন্যে দেবাক্ষেপে য আনন্দো নাদাবস্তম্বখিন্ সতি
জ্জয়াক্ষণিশুদ্ধ্যাক্ষণ্যমধ্যাক্ষাণাঃ শূন্যতিশূন্যমতশূন্যশকৈন্দ্র্যাবহির্যন্তে যো-
গিভিঃ । সম্পূর্ণহৃদয়ঃ প্রাণবায়ুনা সম্যক্ পূর্ণং হৃদং যন্ত স তথা আন-
ন্দেন পূর্ণে হৃদয়ে যোগবান্ যোগী দিব্যো রূপলাবণ্যবলসম্পন্নো দেহো যন্ত
স দিব্যদেহঃ তেজস্বী প্রতাপবান্ দিব্যগন্ধঃ দিব্যঃ উত্তমো গন্ধো যন্ত স তথা
অরোগবান্ বোগরহিতো ভবেদিতি সম্বন্ধঃ ॥ ৭১ ॥

ঘটাবস্থামাহ । দ্বিতীয়ায়ামিতি দ্বিতীয়ায়াং ঘটাবস্থায়াম্ বায়ুঃ প্রাণঃ
ঘটীকৃত্য আস্ত্রনা সহাপানং নাদবিন্দু চৈকীকৃত্য মধ্যগো মধ্যচক্রগতঃ । কর্ণ-
স্থানে মধ্যচক্রং । তদুত্তমত্রৈব জালন্ধরবন্ধে । মধ্যচক্রমিদং জেয়ং যো-

বিষ্ণুগ্রন্থেস্ততো ভেদাং পরমানন্দসূচকঃ ।

অতিশূন্যো বিমর্দশ্চ ভেরীশব্দস্তথা ভবেৎ ॥ ৭৩ ॥

তৃতীয়ায়াং তু বিজ্ঞেয়ো বিহায়োমর্দনধ্বনিঃ ।

মহাশূন্যং তদা যাতি সর্বসিদ্ধিসমাপ্তয়ম্ ॥ ৭৪ ॥

চিত্তানন্দং তদা জিত্বা সহজানন্দসম্ভবঃ ।

দোষদুঃখজরাব্যাধিকুধানিদ্রাবিবর্জিতঃ ।

রূদ্ৰগ্রন্থিঃ যদা ভিত্ত্বা শরীরপীঠগতোহনিলঃ ॥ ৭৫ ॥

উপাধারবন্ধনমিতি । যদা ভবেদিত্যখ্যাহারঃ তদাত্মাবস্থায়ঃ যোগী যোগা-
ভ্যামী দৃঢ়মাসনং যত্ স দৃঢ়াসনঃ শিবাসনো জ্ঞানী একাপেক্ষরা কৃষ্ণবুদ্ধি-
দেবমমো রূপসাবণ্যাধিক্যাদেবতুল্যো ভবেৎ । তদ্রূপবোধো বজ্রযোগে ।
প্রাণাপানো নাদবিন্দু জীবাশ্রয়ান্নানোঃ । মিলিয়া বটতে বস্মাত্ম্যায় স
যট উচ্যত ইতি ॥ ৭২ ॥

বিষ্ণুগ্রন্থেহিতি । ততো রূদ্ৰগ্রন্থিভেদনানন্তরং বিষ্ণুগ্রন্থেঃ কণ্ঠে বর্ত-
মানয়া ভেদাং কুহকৈর্ভেদনাং পরমানন্দস্ত ভাবিনো রূক্ষানন্দস্ত হৃচকো
ভাপকঃ । অতিশূন্যে কর্ণাকাশে বিমর্দোহনেকনাদসংমর্দো ভের্যাঃ শব্দ
ইব শব্দো ভেরীশব্দো ভেরীনাদশ্চ তদা তস্মিন্ কমে ভবেৎ ॥ ৭৩ ॥

পরিচর্যাবস্থামাহ সাংখ্যাত্ম্যায় । তৃতীয়ায়াং পরিচর্যাবস্থায়ঃ বিহায়ো-
মর্দনধ্বনির্বিহারসি জমধ্যাকাশে মর্দনস্ত বাদ্যবিশেষস্ত ধ্বনিরিব ধ্বনির্দি-
জ্ঞেয়ো বিশেষেণ জ্ঞানার্হো ভাবতি । তদা তত্ত্বামবস্থায়ঃ । সর্বসিদ্ধিসমাপ্তয়ং
সর্বসাং সিদ্ধীনাং গণিমাাদীনাং সমাপ্তয়ং স্থানং । তত্র সংযমাদগণিমাদিপ্রাপ্তেঃ
মহাশূন্যং জমধ্যাকাশং যাতি গচ্ছতি প্রাণ ইতি শেষঃ ॥ ৭৪ ॥

চিত্তানন্দমিতি । চিত্তানন্দং নাদবিষয়াভ্যংকরণবুদ্ধিজন্ম্যং স্থখং জিত্বা-
ভিত্ত্বয় সহজানন্দসম্ভবঃ সহজানন্দঃ স্বাভাবিকাস্থস্থখং তস্ত সম্ভব আবির্ভাবঃ
স । দোষা বাতপিত্তকফা দুঃখং তজ্জন্যা বেদনা আধ্যাত্মিকাদিচ জরা বৃদ্ধাবস্থা
ব্যাধির্জ্বরানিঃ ক্ষুধা বুভুক্ষা নিদ্রা স্বাপ এতৈর্কিবর্জিতো রহিতস্তদা যোগী

ନିମ୍ପତ୍ତୋ ବୈଶବଃ ଶବ୍ଦଃ କୃଣ୍ଡୀଣାକ୍ଷଣୋ ଭବେଂ ।

ଏକୀଭୂତଂ ତଦା ଚିତ୍ତଂ ରାଜଯୋଗାଭିଧାନକମ୍ ॥ ୧୬ ॥

ସ୍ଫୁଟିସଂହାରକର୍ତ୍ତାମୋ ଯୋଗୀଶ୍ଵରମମୋ ଭବେଂ ।

ଅସ୍ତ ବା ମାସ୍ତ ବା ଯୁକ୍ତିରତ୍ନୈବାଧିତଂ ସ୍ଵଧମ୍ ॥ ୧୭ ॥

ଲୟୋଦ୍ଭବମିଦଂ ମୌଖ୍ୟଂ ରାଜଯୋଗାଦବାପାତେ ॥ ୧୮ ॥

ରାଜଯୋଗମଜ୍ଞାନନ୍ତଃ କେବଳଂ ହଠକର୍ମିଣଃ ।

ଏତାନଭ୍ୟାମିନୋ ଯନ୍ତୋ ପ୍ରାୟାସଫଳବର୍ଜିତାନ୍ ॥ ୧୯ ॥

ଊର୍ଦ୍ଧ୍ଵନ୍ୟାବାପ୍ତୟେ ଶୀଘ୍ରଂ କ୍ଳେପ୍ୟାନଂ ମମ ସମ୍ପତନ୍ ।

ରାଜଯୋଗପଦଂ ପ୍ରାପ୍ତଂ ସୁଖୋପାୟୋହଲ୍ଲଚେତନାମ୍ ॥

ସଦଃପ୍ରତୟସଙ୍କାୟୀ ଜାୟତେ ନାଦଜ୍ଞୋ ଲୟଃ ॥ ୮୦ ॥

ଭବତୀତି । ତଦା କଦେତ୍ୟପେକ୍ଷାମାହ । ଋଦ୍ଧେତି ଯଦା ଋଦ୍ଧଗ୍ରନ୍ଥିଂ ଭିତ୍ତ୍ଵା ଆଜ୍ଞା-
ଚକ୍ରେ ଋଦ୍ଧଗ୍ରନ୍ଥିଃ ଶର୍ବଶ୍ଚେଶ୍ଵରଂ ପୀଠଂ ସ୍ଥାନଂ ଜ୍ଵାଧ୍ୟଂ ତତ୍ର ଗତଃ ପ୍ରାପ୍ତୋଽନିଳଃ
ପ୍ରାଣୋ ଭବତି ତଦା ॥ ୧୫ ॥

ନିମ୍ପତ୍ତ୍ୟବସ୍ଥାମାହ ନିମ୍ପତ୍ତାବିତି । ନିମ୍ପତ୍ତୋ ନିମ୍ପତ୍ତ୍ୟବସ୍ଥାୟଂ । ଡ଼ଳ୍ଲ-
ରକ୍ତେ ଗତେ ପ୍ରାଣେ ନିମ୍ପତ୍ତ୍ୟବସ୍ଥା ଭବତି । ବୈଶବଃ ବେଶୋରଂ ବୈଶବୋ ବଂଶ-
ସଂହକ୍ତୀ । ଶକୋ ନିନାଦଃ । କୃଣ୍ଡୀ ଶଙ୍କାୟମାନା ଯା ବୀଣା ତସ୍ମା କୃଣଃ ଶବ୍ଦଃ ଭବେଂ ।
ତଦା ତସ୍ମାମବସ୍ଥାୟଂ ଚିନ୍ତୟନ୍ତଃକରଣମେକୀଭୂତମେକବିଷୟୀଭୂତଂ । ବିଷୟବିଷୟିଣୋ-
ରଭେଦୋପଚାରାଂ ତଦ୍ରାଜଯୋଗାଭିଧାନକଂ ରାଜଯୋଗ ଇତ୍ୟାଭିଧାନଂ ଯନ୍ତ୍ର ତଦ୍ରାଜ-
ଯୋଗାଭିଧାନକଂ ଚିନ୍ତୟନ୍ତକାଘ୍ରତେବ ରାଜଯୋଗ ଇତ୍ୟର୍ଥଃ ॥ ୧୬ ॥

ସ୍ଫୁଟିସଂହାରେତି । ଅମୋ ନାଦାତ୍ମସଙ୍କାନପରୋ ଯୋଗୀ ସ୍ଫୁଟିସଂହାରକର୍ତ୍ତା ସ୍ଫୁଟିଂ
ସଂହାରକଂ କବୋତୀତି ତାଦୃଶଃ । ଅତଏବେଶ୍ଵରମ ସ୍ଫୁଟିରୂପୋ ଭବେଂ ॥ ୧୭ ॥

ଅସ୍ତ ଯେତି । ରାଜଯୋଗମିତି । ଊର୍ତ୍ତୋ ପ୍ରାୟାସ୍ୟାତୋ ॥ ୧୮ ॥ ୧୯ ॥

ଊର୍ଦ୍ଧ୍ଵନ୍ୟାବାପ୍ତୟେ ଇତି । ଶୀଘ୍ରଂ ଦ୍ଵରିତମୁନ୍ୟା ଊର୍ଦ୍ଧ୍ଵବସ୍ଥାୟା ଅବାପ୍ତୟେ ପ୍ରାପ୍ତ୍ୟର୍ଥେ
କ୍ଳେପ୍ୟାନଂ କ୍ଳେପ୍ୟାନଂ ଜ୍ଵାଧ୍ୟଂ ଧ୍ୟାନଂ ମମ ସଂସ୍କାରାମସ୍ତ ସମ୍ପତନ୍ । ରାଜଯୋଗୋ

নাদানুসন্ধানসামাধিভাজাং

যোগীশ্বরাণাং হৃদিবর্দ্ধমানম্ ।

আনন্দমেকং বচসামগম্যং

জানাতি তং শ্রীগুরুনাথ একঃ ॥ ৮১ ॥

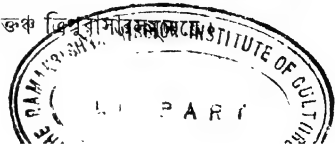
কর্ণৌ পিধায় হস্তাভ্যাং যং শৃণোতি ধ্বনিং মুনিঃ ।

তত্র চিত্তং স্থিরীকুর্যাদ্ যাবৎ স্থিরপদং ব্রজেৎ ॥ ৮২ ॥

যোগানাং রাজা তদেব পদং রাজযোগপদং তুর্য্যাবস্থায়াং প্রাপ্তুং লব্ধুং
পূর্ব্বোক্তভ্রূধ্যানরূপং সুখোপায়ঃ সুখসাধ্যঃ উপায়ঃ সুখোপায়ঃ অন্তচেতসাম্
অনুবুদ্ধীনামপি কিমুতাগ্ৰেয়ামিত্যভিপ্রায়ঃ । নাদজঃ নাদাজ্জাতো লয়শ্চিন্ত-
বিলয়ঃ সদ্যঃ শীঘ্রং প্রত্যয়ং প্রতীতং সন্দর্শ্যতীতি প্রত্যয়সন্ধায়ী প্রতীতি-
কবো জায়তে প্রাচীর্ভবতি ॥ ৮০ ॥

নাদানুসন্ধানেতি । নাদস্থানাহতধ্বমেবনুসন্ধানমুচ্চিন্তনং তেন সমাধি-
শ্চিত্তৈক্যাং তং ভজতীতি নাদানুসন্ধানসমাধিভাজস্তেবাং যোগিষু যোগ-
যুক্তেশ্বরাঃ সমর্থাস্তেবাং হৃদি হৃদয়ে বর্দ্ধত ইতি বর্দ্ধমানস্তং বর্দ্ধমানং
বচসাং বচসামগম্যং । ইদমিতি বক্তৃগশক্যং তং যোগশাস্ত্রপ্রসিদ্ধমেকং
মুখ্যমানন্দমহ্লাদমেকোহনন্তঃ শ্রীগুরুনাথঃ শ্রীমান্ গুরুরেব নাথো জানাতি
বেত্তি । এতেন নাদানুসন্ধানানন্দঃ গুরুগম্য এবতি হৃচিত্তং ॥ ৮১ ॥

নাদানুসন্ধানাং প্রত্যাহারাদিক্রমেণ সমাধিমাহ কর্ণাবিত্যাदिभिः ।
মুনির্জননশীলো যোগী হস্তাভ্যামিত্যনেন হস্তাসুষ্ঠৌ লক্ষ্যতে । তাভ্যাং
কর্ণৌ শ্রোত্রে পিধায় । হস্তাসুষ্ঠৌ শ্রোত্রবিবরয়োঃ কৃত্তেত্যর্থঃ । যং ধ্বনি-
মনাহতনিব্বনং শৃণোত্যাকর্ণয়তি তত্র তস্মিন্ ধ্বনৌ চিত্তং স্থিরীকুর্যাদস্থিরং
স্থিরং সম্পদ্যমানং কুর্য্যাং । যাবৎস্থিবং পদং স্থিরপদং তুর্য্যাবস্থাং গচ্ছেৎ
তদ্বৃন্তং । তুর্য্যাবস্থাচিদভিব্যঞ্জকনাদস্ত বেননং প্রৌক্তমিতি নাদানুসন্ধানেন
বায়ুস্থৈর্যমণিমাদয়োহপি ভবন্তীতি । উক্তক দ্বিপুত্রসংস্কৃত



অভ্যস্তমানে। নাদোহয়ং বাহ্যমাবুতে ধ্বনিম্ ।
 পক্ষাদিক্ষেপমখিলং জিত্বা যোগী সূখী ভবেৎ ॥ ৮৩ ॥
 শ্রীয়েতে প্রথমভাসে নাদো নানাবিধো মহান্ ।
 ততোহভ্যাসে বর্দ্ধমানে শ্রীয়েতে সূক্ষ্মসূক্ষ্মকঃ ॥ ৮৪ ॥
 আদৌ জলধিজীমূতভেরীঝঝরসম্ভবাঃ ।
 মধ্যে মর্দলশঙ্খোথা ষট্টাকাহলজাস্তথা ॥ ৮৫ ॥

বিজিতো ভবতীহ তেন বায়ুঃ সহজো যত্র সমুখিতঃ প্রণাদঃ ।
 অনিমাঙ্গিণ্যন্তবন্তি তজ্জামিতপুণ্যক মহাগুণোদয়ত্র ॥
 সুররাজতনুজবৈরিরক্কে বিনিকূধ্য স্বকরাঙ্গুলিহ্রয়েন ।
 জলধেরিব ধীরনাদমন্তঃ প্রসরন্তঃ সহসা শৃণোতি মর্ত্যে ॥ ইতি
 সুররাজ ইন্দ্রস্তত্র তনুজোহর্জুনস্তত্র বৈরী কর্ণস্তদ্রক্কে স্পষ্টমন্যং ॥ ৮২ ॥
 অভ্যস্তমান ইতি । অভ্যস্তমানোহনুসঙ্গীয়মানোহয়ং নাদোহনাহতা-
 থ্যো বাহ্যং ধ্বনিং বহির্ভবং শব্দমাবুতে শ্রুতৈর্যাক্ষিয়ং । যোগী নাদাভ্যাসী
 পক্ষান্মাসান্দিদখিলং সর্বং দিক্ষেপং চিত্তচাক্ষ্যঃ জিত্বাহতিভূষ সূখী দ্বানন্দো
 ভবেৎ ॥ ৮৩ ॥
 শ্রীয়েতে ইতি । প্রথমভ্যাসে পূর্বাভ্যাসে নানাবিধোহনেকবিধো মহান্
 জলধিজীমূতভের্যাদিদৃশো নাদোহনাহতদ্বনঃ শ্রীয়েতে আকর্ণ্যতে । ততোহ-
 ত্তরমভ্যাসে নাদানুসঙ্গানভ্যাসে বর্দ্ধমানে সতি সূক্ষ্মসূক্ষ্মকঃ সূক্ষ্মঃ সূক্ষ্মঃএব
 শ্রীয়েতে শ্রবণবিষয়ো ভবতি ॥ ৮৪ ॥
 নানাবিধং নাদমাহ দ্বাভ্যাং । আদাবিতি । আদৌ বায়োত্রক্ষরক্কে গমন-
 সময়ে জলধিঃ সমুদ্রো জীমূতো মেঘো ভেরী বাদ্যবিশেষঃ । “ ভেরী স্ত্রী
 হৃন্দুভিঃ পূমানিত্যমবঃ ” । ঝঝরো বাদ্যবিশেষঃ । বাদ্যপ্রভেদা ডমকমডু ডি-
 গুিমঝঝঝঝঃ । মর্দলঃ পণবোহন্যেহপীত্যমরঃ । জলধিপ্রমুখভাঃ সম্ভব ইব
 সম্ভবো যেষাং তে । তথা মধ্যে ব্রহ্মবক্কে বায়োঃ সৈর্ধ্যানন্তবং মর্দলো
 বাদ্যবিশেষঃ শঙ্খো জলজস্তাভ্যামুখা ইব মর্দলশঙ্খোথাঃ । ষট্টাকাহলো
 বাণ্যবিশেষো তাভ্যাং জাতা ইব ষট্টাকাহলজাঃ ॥ ৮৫ ॥

অন্তে তু কিঙ্কণীবংশবীণালমরানিস্পনাঃ ।

ইতি নানাবিধা নাদাঃ শ্রীয়েন্তে দেহমধ্যগাঃ ॥ ৮৬ ॥

মহতি শ্রীয়মাণেহপি মেঘভের্যাদিকে ধ্বনৌ ।

তত্র সূক্ষ্মাৎসূক্ষ্মতরং নাদমেব পরামৃশেৎ ॥ ৮৭ ॥

ঘনমুৎসৃজ্য বা সূক্ষ্মমুৎসৃজ্য বা ঘনে ।

রমমাণমপি ক্ষিপ্তং মনো নান্যত্র চালয়েৎ ॥ ৮৮ ॥

যত্র কুত্রাপি বা নাদে লগতি প্রথমং মনঃ ।

তত্রৈব স্থস্থিরীভূয় তেন সার্কং বিলীয়তে ॥ ৮৯ ॥

অন্তেষুহিতি । অন্তে তু প্রাণশ্রু ব্রহ্মরন্ধ্রে বহুত্বৈর্ঘ্যানন্তরং তু কিঙ্কণী
ক্ষুদ্রঘটিকা বংশো বেণুঃ বীণা তন্ত্রী ভ্রমরো মধুপঃ তেষাং নিব্বনা ইতি পূর্বো-
ক্তাঃ নানাবিধা অনেকপ্রকারকা দেহশ্রু মধ্যে গতাঃ প্রাপ্তাঃ শ্রীয়েন্তে ॥ ৮৬ ॥

মহতীতি । মেঘশ্রু ভেরীচ তে আদী যশ্রু স মেঘভের্যাদিকন্তম্বিন্ ।
মেঘভেরীশব্দৌ তজ্জন্যনির্ঘোষপরৌ । মহতি বহুলে ধ্বনৌ নিনাদে শ্রীয়মাণে
আকর্ষণ্যমানে স গ্যপি তত্র তেযু নাদেযু সূক্ষ্মাৎসূক্ষ্মতরমতিসূক্ষ্মং নাদমেব
পরামৃশেৎ চিন্তয়েৎ । সূক্ষ্মশ্রু নাদশ্রু চিরস্থায়িত্বাৎ তত্রাসক্তচিত্তশ্চিরং স্থির-
মতির্ভবেদिति ভাবঃ ॥ ৮৭ ॥

ঘনমিতি । ঘনং মহাস্তং নাদং মেঘভের্যাদিকমুৎসৃজ্য ঘনে বা নাদে
রমমাণং ঘনসূক্ষ্মান্যতরনাদগ্রহণপরিত্যাগাত্যাং ক্রীড়ন্তমপি ক্ষিপ্তং রজসা-
ত্যন্তচকলং মনোহন্যত্র বিষয়াস্তরে ন চালয়েৎ ন ধ্রুয়েৎ । ক্ষিপ্তং
মনো বিষয়াস্তরাসক্তং ন সমাধীয়তে নাদেযু রমমাণং তু সমাধীয়তে ইতি
ভাবঃ ॥ ৮৮ ॥

যত্রেতি । বা অথবা যত্র কুত্রাপি নাদে যম্বিন্ কস্মিংশ্চিদঘনে সূক্ষ্ম বা
নাদে প্রথমং পূর্বং মনো লগতি লগ্নং ভবতি তত্রৈব তম্বিন্ এব নাদে স্থস্থি-
রীভূয় সম্যক্ স্থিরং ভূত্বা তেন নাদেন সার্কং সাকং বিলীয়তে লীনং ভবতী-

মকরন্দং পিবন্ ভৃঙ্গো গন্ধং নাপেক্ষতে যথা ।
 নাদাসক্তং তথা চিত্তং বিষয়ান্নহি কাজ্জতে ॥ ১০ ॥
 মনোমত্তগজেন্দ্রস্য বিষয়োদ্যানচারিণঃ ।
 নিয়মেনে সমর্থোহয়ং নিনাদনিশিতাক্ষুশঃ ॥ ১১ ॥
 বন্ধন্ত নাদবন্ধেন মনঃ সন্ত্যক্তচাপলম্ ।
 প্রযাতি সূতরাং শৈথ্যং ছিন্নপক্ষঃ খণ্ডে যথা ॥ ১২ ॥

তার্থঃ । অত্র পূর্ব্ববাক্যেণ প্রত্যাহারো দ্বিতীয়েন ধারণা তৃতীয়েন ধ্যানদ্বারা
 সমাধিরূপঃ ॥ ৮১ ॥

মকরন্দমিতি । মকরন্দং পুষ্পরসং পিবন্ ধয়ন্ ভৃঙ্গো ভ্রমরো গন্ধং যথা
 নাপেক্ষতে নেচ্ছতি তথা নাদাসক্তং নাদ আসক্তং চিত্তমন্তঃকরণং বিষয়ান্
 বিষিগ্ভ্যবব্রন্তি প্রমাতারংসম্বন্ধেনেতি বিষয়াঃ অক্চন্দনবনিতাদয়স্তান্ ন
 কাজ্জতে নেচ্ছতি । হীতি নিশ্চয়ে ॥ ১০ ॥

মন ইতি । বিষয়ঃ শব্দাদিরেবোদ্যানং বনং তত্র চরতীতি বিষয়োদ্যান-
 চারী তস্ত মন এব মত্তগজেন্দ্রো দুর্নিবারভাঃ । তস্ত নিনাদ এবানাহতধ্ব-
 নিরেব নিশিতাক্ষুশঃ তীক্ষ্ণাক্ষুশঃ নিয়মেনে পরাবর্তনে সমর্থঃ শক্তঃ । এতৈঃ
 গ্লোকৈঃ । চরতাং চক্ষুরাদীনাং বিষয়েষু যথাক্রমং । যং প্রত্যাহরণং তেযাং
 প্রত্যাহারঃ প্রকীর্তিতঃ । ইন্দ্রিয়াণাং বিষয়েভ্যঃ প্রত্যাহরণং প্রত্যাহার
 ইত্যুক্তলক্ষণং প্রত্যাহারঃ প্রোক্তঃ ॥ ১১ ॥

বন্ধং ত্বিতি । নাদ এব বন্ধঃ বধ্যতেহেনেনেতি বন্ধঃ বন্ধনসাধনং তেন
 স্বশক্ত্যা স্বাধীনকরণেন বন্ধং বন্ধনমিব প্রাপ্তং । নাদধারণাদাবাসক্তমিত্যর্থঃ ।
 অত্র এব সম্যকৃত্যক্তং চাপলং ক্ষণে ক্ষণে বিষয়গ্রহণপরিত্যাগরূপং যেন তত্তথা
 মনঃ সূতরাং শৈথ্যং প্রযাতি নিতরাং ধারণামেতি । তত্র দৃষ্টান্তমাহ । ছিন্নো
 পক্ষৌ যস্ত তাদৃশঃ খে গচ্ছতি ইতি খণ্ডঃ পক্ষী যথা । এতেন

প্রাণায়ামেন পবনং প্রত্যাহারেণ চেন্দ্রিয়ং ।

বশীকৃত্য ততঃ কুর্য্যচ্চিত্তশৈথ্যং শুভাশ্রয়ে ॥

শুভাশ্রয়ে চিত্তস্থাপনং ধারণেভ্যুক্তলক্ষণা ধারণা প্রোক্তা ॥ ১২ ॥

সৰ্ব্বেচ্ছিত্তাং পরিত্যজ্য সাবধানেন চেতসা ।

নাদ এবানুসন্ধেয়ো যোগসাত্ত্বজ্যমিচ্ছতা ॥ ৯৩ ॥

নাদোহন্তরঙ্গসারঙ্গবন্ধনে বাণ্ডুরায়তে ।

অন্তরঙ্গকুরঙ্গস্ত্র বধে ব্যাধায়তেহপি চ ॥ ৯৪ ॥

অন্তরঙ্গস্ত্র যমিনো বাজিনঃ পারিঘায়তে ।

নাদোপাস্তিৰতো নিত্যমবধার্য্যো হি যোগিনা ॥ ৯৫ ॥

সৰ্ব্বেচ্ছিত্তামিতি । সৰ্ব্বেষাং বাহ্যভ্যন্তরবিষয়াণাং যা চিত্তা চিত্তনং তাং পরিত্যজ্য ভ্যক্ত্বা সাবধানেনৈকাগ্ৰেণ চেতসা যোগিনাং সাত্ত্বজ্যং সাত্ত্বজ্যো-
ভাষঃ । যোগশব্দোহর্শদ্যজ্ঞতঃ । বাজযোগিত্ত্বমিতি ষাষং । ইচ্ছতা বাঙ্ততা
পুংসা নাদ এবানাহতধ্বনিবেবানুসন্ধেয়োহন্তচিত্তনীদ্রঃ । নাদাকারবৃত্তিপ্র-
বাহঃ কৰ্ত্তব্য ইত্যর্থঃ । এতেন তদ্রূপপ্রত্যয়েকাগ্র্যমততিষ্ঠান্যনিশ্চয়াঃ ।
তদ্ব্যানং প্রথমৈবদ্বৈঃ ষড়্ভিনির্স্পাদ্যতে নৃপ । তত্র প্রত্যয়েকতানত্যা
ধ্যানমিত্যুক্তলক্ষণং ধ্যানমুক্তং ॥ ৯৩ ॥

নাদোহন্তরঙ্গেতি । নাদঃ অন্তরঙ্গং মন এব সারঙ্গে মৃগস্ত্র বন্ধনে চা-
কল্যহরণে বাণ্ডুরায়তে বাণ্ডুরেবাচরতি বাণ্ডুরা জালং । যথা বাণ্ডুরা বন্ধনে
সারঙ্গস্ত্র চাকল্যং হরতি তথা নাদোহন্তরঙ্গস্ত্র দশকল্যা চাকল্যং হরতীত্যর্থঃ ।
অন্তরঙ্গং মন এব কুরঙ্গে হরিণস্ত্র বধে নানাবৃত্ত্যুৎপাদনাপনয়নমেব মনসো
বন্ধস্তম্বিন্ ব্যাধায়তে ব্যাধ ইবাচরতি । যথা ব্যাধো বাণ্ডুরাবদ্ধং মৃগং হন্তি
এবং নাদোহপি স্রাসক্তং মনো হন্তীত্যর্থঃ ॥ ৯৪ ॥

অন্তরঙ্গেতি । যমিনো যোগিনোহন্তরঙ্গং মনস্ত্র চপলত্বাজিনোহ-
স্ত্র পরিঘায়তে বাজিশালাদ্বাবপবিষ ইবাচরতি নাদ ইতি শেষঃ । যথা বাজি-
শালাপরিষঃ বাজিনোহস্ত্র গতিং রূপক্ৰি তথা নাদোহন্তরঙ্গেতিত্যর্থঃ ।
অতঃকারণাদযোগিনা নাদস্ত্রোপাস্তিরূপাসনা নিত্যং প্রত্যহমবধার্য্যাবধারণীয়া ।
ইতি নিশ্চয়েহব্যয়ং ॥ ৯৫ ॥

বদ্ধং বিমুক্তচাক্ষুঃ নাদগন্ধকজারণং ।

মনঃ পারদমাপোভি নিরালম্বাথাথেটনম্ ॥ ১৬ ॥

নাদশ্রবণতঃ ক্ষিপ্ৰমন্তরঙ্গভুজঙ্গমঃ ।

বিস্মৃত্য সৰ্বমেকাগ্রঃ কুত্রচিন্নহি ধাবতি ॥ ১৭ ॥

কাষ্ঠে প্রবর্তিতো বহ্নিঃ কাষ্ঠেন সহ শাম্যতি ।

নাদে প্রবর্তিতং চিত্তং নাদেন সহ লীয়তে ॥ ১৮ ॥

বদ্ধমিতি । নাদ এব গন্ধক উপধাতু বিশেষস্তেন জারণং জারণীকরণং
নাদগন্ধকসম্বন্ধেন চাক্ষুঃস্রবণং তস্মাদবদ্ধং নাদৈকাসক্তং পক্ষে গুটিকাকৃতিং
প্রাপ্তং অতএব বিমুক্তং ত্যক্তং চাক্ষুঃমনেকবিষয়াকারপরিণামরূপং যেন ।
পক্ষে বিমুক্তলৌক্যং মনঃপারদং মন এব পারদং চক্লং নিবালম্বং ব্রহ্ম তদে-
বাখ্যা যন্ত তন্নিবালম্বাখ্যং তদেব খমপরিচ্ছিন্নত্বাভিস্মিন্টনং গমনং তদাকার-
বৃত্তিপ্রবাহং । পক্ষে আকাশগমনং প্রাপ্নোতি । যথা বদ্ধং পারদমাকাশ-
গমনং करोति এবং বদ্ধং মনো ব্রহ্মাকারবৃত্তিপ্রবাহমবচ্ছিন্নং কবোতী-
ত্যর্থঃ ॥ ১৬ ॥

নাদেতি । নাদস্তানাহতদ্বন্দ্বস্তা শ্রবণতঃ শ্রবণাং ক্ষিপ্ৰং ক্রমন্তরঙ্গং মন
এব ভুজঙ্গমঃ সর্পশচপলত্বাং নাদপ্রিয়ত্বাচ্চ ভুজঙ্গমরূপত্বং মনসঃ । সৰ্পং
বিশ্বং বিস্মৃত্য বিস্মৃতিবিষয়ং কৃষ্টৈকাগ্রো নাদাকারবৃত্তিপ্রবাহবান্ সন্ কুত্রাপি
বিষয়ান্তরে নহি ধাবতি নৈব ধাবনং करोति । ধ্যানশেত্তরৈঃ শ্লোচৈঃ ।
তন্ত্ৰৈব কল্পনানাহীনং স্বরূপগ্রহণং হি যং । মনসা ধ্যাননিপাদ্যঃ সমাধিঃ
সোহভিধীয়ত ইতি বিরূপবাণৌত্তলক্ষণস্তদেবার্থমাত্রনির্ভাসং স্বরূপশূন্যমিব
সমাধিরিতি পাতঞ্জলস্থত্রৌত্তলক্ষণেন চ সংপ্রজ্ঞাতলক্ষণং সমাধিরুক্তং ॥ ১৭ ॥

কাষ্ঠ ইতি । কাষ্ঠে দারুণি প্রবর্তিতঃ প্রজ্বলিতো বহ্নিঃ কাষ্ঠেন সহ
শাম্যতি জ্বালারূপং পরিত্যজ্য তস্মাত্ররূপেণাবতিষ্ঠতে যথা তথা । নাদে
প্রবর্তিতং চিত্তং নাদেন সহ লীয়তে । রাজসতামসবৃত্তিনাশাং সত্ত্বমাত্রাব-
শেষং সংস্কারশেষং চ ভবতি । তত্র চ মৈত্রারণীয়মন্ত্রঃ ।

ঘণ্টাদিনাদমন্তশুদ্ধান্তঃকরণহরিণশ্চ ।

প্রহরণমপি সূকরং শরসন্ধানপ্রবীণশ্চেৎ ॥ ৯৯ ॥

অনাহতশ্চ শব্দশ্চ ধ্বনির্ঘ উপলভ্যতে ।

ধ্বনেরন্তর্গতঃ জ্যেয়ঃ জ্যেয়শ্চাস্তর্গতঃ মনঃ ॥

মনস্তত্র লয়ং য়াতি তদ্বিক্ষেপঃ পরমং পদম্ ॥ ১০০ ॥

তাবদাকাশসন্ধল্লো যাবচ্ছব্দঃ প্রবর্ততে ।

নিঃশব্দং তৎপরং ব্রহ্ম পরমাত্মৈতি গীয়তে ॥ ১০১ ॥

যথা নিরুদ্ধনো বহিঃ স্রযোনাবুপশাম্যতি ।

তথা বৃত্তিক্ষয়াক্ষিতং স্রযোনাবুপশাম্যতি । ইতি ॥ ৯৮ ॥

ঘণ্টাদীতি । ঘণ্টা আদির্ঘেবাং শব্দমর্দলবর্জবহুভূতজীম্বতাদীনাং তে ঘণ্টাদয়ন্তেযাং নাদেষু মন্তঃ । অতএব স্তক্কো নিঃচলো যোহন্তঃকবণমেব হরিণো মগন্তশ্চ প্রহরণং নানাবৃত্তিপ্রতিবন্ধনমন্তঃকরণপক্ষে । হরিণপক্ষে তু প্রহরণং হননমপি শরবং ক্রতগামিনো বায়োঃ সন্ধানে স্রুম্যামার্গেণ ব্রহ্মরন্ধ্রে নিবোধনে । পক্ষে শরশ্চ বাণশ্চ সন্ধানং ধনুষি যোজনং তস্মিন প্রবীণঃ কুশল-
শ্চেৎ সূকরং স্রথেন কর্তুং শক্যং ॥ ৯৯ ॥

অনাহতশ্চেতি । অনাহতশ্চ শব্দশ্চানাহতধ্বনশ্চ যো ধ্বনির্নির্ভাদ উপ-
লভ্যতে ক্ষয়তে তশ্চ ধ্বনেবস্তর্গতং জ্যেয়ং জ্যেয়তিঃ স্পর্শকাশ্চৈতন্যং জ্যেয়-
শ্চাস্তর্গতং জ্যেয়াকারতামাপন্নং মনোহন্তঃকবণং । তত্র জ্যেবে মনো বিলয়ং
য়াতি পরবৈরাগ্যেণ সকলবৃত্তিশূন্যং সংস্বাশেষঃ ভবতি । তদ্বিক্ষেপ-
ভোরাস্থনঃ পবনমন্তঃকরণবৃত্ত্যুপাধিবাহিত্যামিরূপাধিকং পদ্যতে গম্যতে
যোগিভিরিতি পদং স্বরূপং ॥ ১০০ ॥

তাবদিতি । যাবৎ শব্দোহনাহতধ্বনিঃ প্রবর্ততে ক্ষয়তে তাবদাকাশশ্চ
সম্যক্লবনং ভবতি । শব্দত্বাকাশগুণত্বাদ্গুণগুণনোর্ভেদাদ্বা মনসা সহ শব্দশ্চ
বিলয়ান্নিঃশব্দং শব্দরহিতং যৎপরং ব্রহ্ম পরব্রহ্মশব্দবাচ্যং পরমাত্মৈতি গীয়তে

যংকিকিনাদরূপেণ জ্ঞায়তে শক্তিরেব সা ।

যন্তুভ্রান্তো নিরাকারঃ স এব পরমেশ্বরঃ ॥ ১০২ ॥

সৰ্বে হঠলয়োপায়া রাজযোগস্ত সিদ্ধয়ে ।

রাজযোগসমাকুটঃ পুরুষঃ কালবন্ধকঃ ॥ ১০৩ ॥

তত্ত্বং বীজং হঠঃ ক্ষেত্রমৌদাসীনাং জলং ত্রিভিঃ ।

উন্নীকল্পলতিকা সদ্যএব প্রবর্তিতে ॥ ১০৪ ॥

পরমাশ্রমেন স উচ্যতে । সৰ্গবৃত্তিবিলয়ে যঃ স্বরূপেণাবস্থিতঃ স এব পব-
ত্রঙ্গপরমাশ্রমভাভ্যমুচ্যতে ইতি ভাবঃ ॥ ১০১ ॥

যংকিকিদিতি । নাদরূপেণানাহতধ্বনিকপেণ যংকিকিং জ্ঞায়তে আক-
র্যতে সা শক্তিরেব যন্তুভ্রান্তভ্রানামন্তো লয়ো যস্মিন্ স তথা নিরাকার আ-
কারহিতঃ স এব পরমেশ্বরঃ সৰ্গবৃত্তিক্ষয়রূপাবস্থিতো যঃ স আন্ত্যেত্যর্থঃ ।
কার্ঠে প্রবর্তিতো বহুরিত্যাदिভিঃ শ্লোকৈঃ রাজযোগাপবপৰ্য্যায়োহসংপ্রজ্ঞাতঃ
সমাধিরূতঃ ॥ ১০২ ॥

সৰ্বে ইতি । হঠশ্চ লয়শ্চ হঠলয়ো তয়োপায়া হঠলয়োপায়া হঠো-
পায়া আসনকৃন্তকমদাকপা লয়োপায়া নাদানুসন্ধানশাস্ত্রবীজাদায়ঃ । রাজ-
যোগস্ত মনসঃ সৰ্গবৃত্তিনিবোধলক্ষণস্ত সিদ্ধয়ে নিপাতয়ে প্রোক্তা ইতি শেষঃ ।
রাজযোগসমাকুটঃ সমাগাকুটঃ প্রাপ্তবান যঃ পুরুষঃ স কালবন্ধকঃ কালং মৃত্যুং
বন্ধয়তি জয়তীতি তাদৃশঃ স্তাদিতি শেষঃ ॥ ১০৩ ॥

তত্ত্বমিতি । তত্ত্বং চিত্তং বীজং বীজবহুমত্ত্ববাস্থাস্থরাকারেণ পরিণমমা-
নহাং । হঠঃ প্রাণাপানরৌরৈক্যলক্ষণঃ প্রাণায়ামঃ ক্ষেত্রে ইব প্রাণায়ামে
উন্নীকল্পলতিকোংপত্তেরৌদাসীনাং পরবৈবাগ্যং জলং তস্তা উৎপত্তিকাবণ-
স্থাং । পববৈবাগ্যাহেতুকঃ সংস্কারবিশেষশ্চিত্তস্তাসংপ্রজ্ঞাত ইতি তল্লক্ষণাং ।
এতৈস্তিত্তিকল্পমসংপ্রজ্ঞাতাবস্থা সৈব কল্পলতিকা সকলেষ্টমাধনত্বাং সদ্য
এব শীঘ্রমেব প্রবর্ততে প্রবৃত্তা ভবতি উৎপন্না ভবতি ॥ ১০৪ ॥

সদা নাদানুসন্ধানাং ক্ষীয়ন্তে পাপসঙ্কয়াঃ ।
 নিরঞ্জনে বিলীয়েতে নিশ্চিতং চিত্তমাকুতো ॥ ১০৫ ॥
 শঙ্খদুন্দুভিনাদঞ্চ ন শৃণোতি কদাচন ।
 কাষ্ঠবজ্জায়তে দেহ উন্মন্যবস্থয়া ধ্রুবম্ ॥ ১০৬ ॥
 সর্ক্যাবস্থাভিনির্মুক্তঃ সর্ক্যচিত্তাবিবর্জিতঃ ।
 মৃতবর্ত্তিষ্ঠতে যোগী স মুক্তো নাত্ৰ সংশয়ঃ ॥ ১০৭ ॥
 খাদাতে ন চ কালেন বাধ্যতে ন চ কৰ্ম্মণা ।
 সাধ্যতে ন স কেনাপি যোগী যুক্তঃ সমাধিনা ॥ ১০৮ ॥

সদেতি । সদা সর্ক্যদা নাদানুসন্ধানাং নাদানুচিত্তানাং পাপসঙ্কয়াঃ পাপ-
 সমূহাঃ ক্ষীয়ন্তে নশস্তি নিরঞ্জনে নিগুণে চৈতন্ত্রে নিশ্চিতং ধ্রুবং চিত্তমাকুতো
 মনঃপ্রাণৌ বিলীয়েতে বিলীনৌ ভবতঃ ॥ ১০৫ ॥

উন্মন্যবস্থাং প্রাপ্তস্ত যোগিনঃ স্থিতিমাহাষ্টভিঃ । শঙ্খদুন্দুভি ইতি ।
 শঙ্খঃ জলজো দুন্দুভির্কাদ্যবিশেষস্তয়োর্নাদং যোষণং কদাচন কস্মিংশ্চিদপি
 সময়ে ন শৃণোতি । শঙ্খদুন্দুভীত্বপলক্ষণং নাদমাত্রম্ । উন্মন্যবস্থয়া দেহো
 ধ্রুবং কাষ্ঠবজ্জায়তে । নিশ্চেষ্টত্বাদিত্যর্থঃ ॥ ১০৬ ॥

জাগ্রৎস্বপ্নযুপ্তিমূর্ছামরণলক্ষণাঃ পঞ্চ ব্যুৎখানাবস্থান্তাভির্কির্নশেষেণ মুক্তো
 রহিতঃ । সর্ক্যো যাশ্চিত্তাঃ স্মৃতয়ন্তাভির্কির্নবর্জিতো বিরহিতঃ । যোগঃ সকল-
 বৃত্তিনিরোধোহস্মান্তীতি যোগী তুর্ধ্যাবস্থাবান্ স মুক্তো জীবন্মবে মুক্তঃ ।
 সকলবৃত্তিনিরোধে আত্মনঃ স্বরূপাবস্থানাং । তদুক্তং পাতঞ্জলে হৃত্রে । তদা
 দ্রষ্টুং স্বরূপেহবস্থানমিতি । স্পষ্টমন্যং ॥ ১০৭ ॥

খাদ্যত ইতি । সমাধিনা যুক্তো যোগী কালেন মৃত্যুনা ন খাদ্যতে ন
 ভক্ষ্যতে ন হত্বত ইত্যর্থঃ । কৰ্ম্মণা কৃতেন শুভেনাশুভেন বা ন বাধ্যতে জন্ম-
 মরণাদিজননে ন ক্রেস্ততে । তথাচ সমাধিপ্রকরণে পাতঞ্জলহৃত্রং । ততঃ
 ক্রেশকৰ্ম্মনিবৃত্তিরিতি । কেনাপি পুরুষান্তরেণ বস্ত্রমজ্জাদিনা বা ন সাধ্যতে
 সাধ্যত্বং শক্যতে ॥ ১০৮ ॥

ন গন্ধং ন রসং রূপং ন চ স্পর্শং ন নিশ্বনম্ ।
 নাত্মানং ন পরং বেত্তি যোগী যুক্তঃ সমাধিনা ॥ ১০৯ ॥
 চিত্তং ন শূন্তং নো জাগ্রৎ স্মৃতিবিস্মৃতিবর্জিতম্ ।
 ন চাস্তমেতি নোদেতি যস্তাদৌ যুক্ত এব সঃ ॥ ১১০ ॥
 ন বিজ্ঞানাতি শীতোষ্ণং ন দুঃখং ন সুখং তথা ।
 ন মানং নাপমানং চ যোগী যুক্তঃ সমাধিনা ॥ ১১১ ॥

ন গন্ধমিতি । সমাধিনা যুক্তো যোগী ন গন্ধং সুরভিমসুরভিং বা । ন রসং ।
 মধুরান্নলবণকটুকষায়তিভেদাৎ ষড়্ বিধং । ন রূপং শুক্লনীলপীতরক্তহরিতক-
 পিশচিভেদাৎ সপ্তবিধং । ন স্পর্শং শীতমৃদুমুষ্ণাশীতং বা । ন নিঃস্বনং শব্দ-
 দুঃখভিঃপবিত্রীযুতাদিনিদাং বাহুমান্যস্তরং বা । ন আত্মানং দেহং । ন পরং
 পুরুষাস্তরং । বেত্তীতি সর্বত্রাথেতি । আস্মা দেহে ধৃতৌ জীবৈ স্বভাবে পর
 মাস্বনীয়মরঃ ॥ ১০৯ ॥

চিত্তমিতি । যস্ত যোগিনিচিন্তনস্তঃকরণং ন শূন্তং । আবরকস্ত তম-
 সোহভাবাৎ ত্রিগুণেহস্তঃকরণে যদা সত্ত্বরজসী অভিভূয় সমস্তকরণাবরকং
 তম আবির্ভবতি তদাস্তঃকরণস্ত বিস্মাকারপরিণামাভাবাৎ তৎ শূন্তমিত্যু-
 চ্যতে । নো জাগ্রৎ ইন্দ্রিয়ৈরর্থগ্রহণাভাবাৎ । স্মৃতিশ্চ বিস্মৃতিশ্চ স্মৃতি-
 বিস্মৃতি তভ্যাং বর্জিতং । বৃত্তিসামান্য্যভাবাহৃদ্বোধকাভাবাচ্চ স্মৃতি-
 বর্জিতং । স্মৃত্যনুকূলসংস্কারাভাবাদিস্মৃতিবর্জিতং । ন চাস্তং নাশমেতি
 প্রাপ্নোতি । সংস্কারশেষস্ত চিত্তস্ত সত্ত্বাৎ । নোদেত্যুত্তবত্তি । বৃত্ত্যনু-
 পাদনাং সোহসৌ যুক্ত এব জীবযুক্ত এব ॥ ১১০ ॥

ন বিজ্ঞানাতিতি । সমাধিনা যুক্তো যোগী শীতক উষ্ণক শীতোষ্ণং
 সমাহারদ্বন্দ্বঃ । শীতমৃদুং বা পদার্থং ন দুঃখং দুঃখজনকং পরকৃতং তাড়ন-
 দিকং ন সুখং সুখসাধনং সুরভিচন্দনাদ্যনুলেপনাদিকং । তথা চার্থে
 মানং পরকৃতং সংস্কারং ন অপমানমনাদরক ন বিজ্ঞানাতিতি ক্রিয়াপদ
 প্রতিবাক্যমথেন্তি ॥ ১১১ ॥

স্বস্থো জাগ্রদবস্থায়ান্ অশ্রুতবদ্যোহবতিষ্ঠতে ।

নিঃশ্বাসোচ্ছ্বাসহীনশ্চ নিশ্চিতং মুক্ত এব সং ॥ ১১২ ॥

অবধ্যঃ সৰ্বশস্ত্রাণামশক্যঃ সৰ্বদেহিনাম্ ।

অগ্রাহো মন্ত্রযন্ত্রাণাং যোগী যুক্তঃ সমাধিনা ॥ ১১৩ ॥

বস্তু ইতি । স্বস্থঃ প্রসন্নেন্দ্রিয়ান্তঃকরণঃ । এতেন তন্ত্রামুচ্ছাদিব্যাবৃতিঃ । জাগ্রদবস্থায়ামিত্যনেন স্বপ্নস্থযুগ্মোনির্ভূতিঃ । অশ্রুতং অশ্রুতং তুল্যং কায়ৈ-
শ্রিয়ব্যাপারশূন্যঃ যো যোগী অবতিষ্ঠতে স্থিতো ভবতি । “সমবপ্রবিভাঃ
হ ইত্যাত্মনেপদং ” । নিঃশ্বাসোচ্ছ্বাসহীনঃ বাহবায়োঃ কোষ্ঠে গ্রহণং নিঃশ্বাসঃ
কোষ্ঠস্থিতস্ত বায়োরূপহীনসারণমুচ্ছ্বাসস্তাত্ম্যং হীনশ্চাবতিষ্ঠতে ইত্যত্রাপি
সম্বধ্যতে । স নিশ্চিতং নিঃসন্ধিক্তং মুক্ত এব । জীবমুক্তস্বরূপমুক্তং দত্তা-
ত্রেয়ং । নিগুণধ্যানসম্পন্নঃ সমাধিঃ চ ততোহভ্যাসেৎ । দিনদ্বাদশকে-
নৈব সমাধিং সমবাপ্নুয়াৎ । বায়ুং নিরুধ্য মেধাবী জীবমুক্তো ভবেৎ
প্রবমিতি ॥ ১১২ ॥

অবধ্য ইতি । সমাধিনা যুক্তো যোগী । সৰ্বশস্ত্রাণামিতি “সম্বন্ধসা-
মান্যে ষষ্ঠী ” সৰ্বশস্ত্রৈরিত্যর্থঃ । অবধ্যো হস্তমশক্য ইত্যর্থঃ । সৰ্বদেহি-
নামিত্যত্রাপি সম্বন্ধমাত্রবিবক্ষারায় ষষ্ঠী । অশক্যঃ সৰ্বদেহিভিঃ বলেন-
শকেশ ন ভবতীত্যর্থঃ । মন্ত্রযন্ত্রাণাং বশীকরণমারণোচ্চাটনাদিফলৈর্গুণৈশ্চৈ-
রগ্রাহঃ বশীকর্তৃমশক্যঃ । এবং প্রাপ্তযোগস্ত যোগিনঃ বিদ্যা বহুং সমা-
যান্তি । তন্নিবারণার্থং তজ্জ্ঞানস্থাপেক্ষিতত্বাত্তেহপি প্রদর্শ্যন্তে ।

আলস্তং প্রথমো বিদ্যো দ্বিতীয়স্ত প্রকথ্যতে ।

পূৰ্ব্বোক্তধূর্তগোষ্ঠী চ তৃতীয়ো মন্ত্রসাধনং ॥

চতুর্থো ধাতুবাদঃ শ্রাদ্ধিতি যোগবিদো বিদুঃ ॥ ইতি

দত্তাত্রেয়ঃ ॥

উপসর্গাঃ প্রবর্তন্তে দৃষ্টা হ্যান্নি যোগিনঃ ।

যে তাংস্তে সংপ্রবক্ষ্যামি সমাসেন নিবোধ মে ॥

যাবমৈব প্রবিশতি চরন্মারুতো মধ্যমার্গে
যাবহিন্দুর্ন ভবতি দৃঢ়ঃ প্রাণবাতপ্রবক্ষাৎ ।

কাম্যাঃ ক্রিয়ান্তথা কামান্ননুষ্যো যোহভিব্যঙ্গতি ।
স্ত্রিয়ো দানফলং বিদ্যাং মায়াং কুপ্যং ধনং বহু ॥
দেবত্বমমরেশত্বং রসায়নবয়ঃক্রিয়াং ।
মেকপ্রপতনং যজ্ঞং জলাগ্র্যাবেশনং তথা ॥
শ্রাদ্ধানাং শক্তিদানানাং ফলানি নিয়মান্তথা ।
তথোপবাসাং পূর্ত্তাচ্চ দেবপিতৃর্চনাঙ্গি ।
অতিথিত্যং কৰ্ম্মভ্য উপহৃষ্টোহভিব্যঙ্গতি ॥
বিদ্বন্মিথং প্রবর্ত্তেত যত্নাং যোগী নিবর্ত্তয়েৎ ।
ব্রহ্মসঙ্গি মনঃ কুর্কন্মুপসর্গৈঃ প্রমুচ্যতে ॥ ইতি
মার্কণ্ডেয় পুরাণে ।

যদৈভিরন্তরায়ৈন'ক্ষিপ্যতেহস্ত হি মানসং ।
তদাগ্রে তমবাপ্নোতি পরং ব্রহ্মাতিহূলভং ॥ পদ্মপুরাণে ।
সাত্ত্বিকীং ধৃতিমালম্ব্য যোগী সত্ত্বেন সুস্থিরঃ ।
নিগুণং মনসা ধ্যায়ন্মুপসর্গৈঃ প্রমুচ্যতে ॥
এবং যোগমুপাসীনঃ শত্রাদিপদনিষ্পৃহঃ ।
সিধ্যাদিবাসনাত্যাগী জীবন্তকো ভবেন্নুনিঃ ॥
বিস্তরস্ত ভিন্না নোক্তাঃ সন্তি বিদ্বা হনেকশঃ ।
ধ্যানেন বিষ্ণুহরয়োর্কারণীয়া হি যোগিনা ॥
ইতি যোগভাস্করে । ১১৩ ॥

অযোগিনাং জ্ঞানং নিরাকুর্কন্ম যোগিনামেব জ্ঞানং ভবতীত্যাহ । যাব
দিতি । মধ্যমার্গে সুষ্মায়াং চরন্ গচ্ছন্ মারুতঃ প্রাণবায়ুঃ যাবৎ যাবৎকাল
পর্যন্তং ন প্রবিশতি প্রকর্ষণে ব্রহ্মরন্ধুপর্যন্তং ন বিশতি । ব্রহ্মরন্ধুং গত্

যাবক্ষ্যানে সহজসদৃশং জায়তে নৈব তত্ত্বং
 তাবৎ জ্ঞানং বদতি তদিদং দন্তমিথাপ্রলাপঃ ॥ ১১৪
 ইতি শ্রীসহজানন্দসন্তানচিত্তামাণিসাআরাম যোগীন্দ্রবিরচিতায়াং
 হঠপ্রদীপিকায়াং সমাপিলক্ষণং নাম
 চতুর্থোপদেশঃ ॥ ৪ ॥
 সমাপ্তাচেয়ং হঠপ্রদীপিকা ॥

শৈথ্যাদ্রুক্ষরক্লুং গত্বা ন স্থিরোভবতীত্যর্থঃ । সুদুয়ায়ামসংকরন বায়ুবসিদ্ধ
 ইত্যুচ্যতে । তত্ত্বং

যাবন্ধি মার্গগো বায়ুনির্শলো নৈব মধ্যগঃ ।

অসিদ্ধং তং বিজানীযাদ্বাযুং কল্মষশানুগম্ ॥ ইতি অমৃতসিদ্ধৌ ।

প্রাণয়তি জীবয়তীতি প্রাণঃ স চাসৌ বাতশ্চ প্রাণবাতঃ তস্ত প্রবন্ধাংকুস্তকেন
 স্থিরীকরণাবিন্দুর্বার্যং দৃঢ়ঃ স্থিরো ন ভবতি প্রাণবাতশ্চৈথ্যে বিন্দুশ্চৈথ্যমুক্ত-
 মত্রৈব প্রাক্ । “ মনঃশৈথ্যে স্থিরো বাযুস্ততো বিন্দুঃ স্থিরো ভবেৎ ” ইতি ।
 তদভাবে ত্বসিদ্ধত্বং যোগিন উক্তম্ ।

তাবদ্বদ্ধোহপ্যসিদ্ধোহসৌ নরঃ সাংসারিকো মতঃ ।

যাবন্তবতি দেহহ্রো রসেন্দ্রো ব্রহ্মরূপকঃ ॥

অসিদ্ধত্বং বিজানীয়ান্নরমব্রহ্মচারিণং ।

জরামরণসংকীর্ণং সর্বক্লেশসমাশ্রয়ম্ ॥ ইতি অমৃতসিদ্ধৌ ।

যাবত্তত্ত্বং চিত্তং ধ্যানে ধ্যেয়ে চিত্তং ন সহজসদৃশং স্বাভাবিকধ্যেয়াকার-
 বৃত্তিপ্রবাহবদৈবজায়তে নৈব ভবতি প্রাণবাতপ্রবন্ধাদিতি দেহলীদীপন্যায়ৈ-
 নাত্রাপি সম্ভবতি । বায়ুশ্চৈথ্যে চিত্তশ্চৈথ্যমুক্তমমৃতসিদ্ধৌ ।

যদাসৌ শ্রিয়তে বায়ুর্মধ্যমাং মধ্যযোগতঃ ।

তদা বিন্দুশ্চ চিত্তং চ ম্রিয়েতে বায়ুনা সহ ॥

তদভাবেহসিদ্ধত্বমুক্তমৃতসিদ্ধৌ

যাবৎ প্রস্তুতং চিত্তং বাহ্যভ্যন্তরবস্তুযু ।

অসিদ্ধং তদ্বিজানীয়াচ্চিত্তং কৰ্ম্মগুণাধিতম্ ॥ ইতি

তাবদ্ যজ্ঞজ্ঞানং শাকং বদতি কশিৎ তদিদং জ্ঞানং কথং দন্তমিথ্যাপ্রলাপঃ
দন্তেন জ্ঞানকথনেনাহং লোকে পূজ্যো ভবিষ্যামীতি ধিয়া মিথ্যাপ্রলাপো
মিথ্যাভাষণং দন্তপূৰ্ব্বকং মিথ্যাভাষণমিত্যর্থঃ । প্রাণবিন্দুচিত্তানাং ক্লয়া-
ভাবে জ্ঞানভাবাং সংসৃতিহঁকীরা । তদুক্তং

চলত্যেষ যদা বায়ুস্তদা বিন্দুশ্চলঃ স্মৃতঃ ।

বিন্দুশ্চলতি যস্তাদ্ধে চিত্তং তন্ত্ৰৈব চঞ্চলং ॥

চলে বিন্দৌ চলে চিত্তে চলে বায়ৌ চ সৰ্ব্বদা ।

জায়তে ভ্রিয়তে লোকঃ সত্যং সত্যমিদং বচঃ ॥ ইতি

অমৃতসিদ্ধৌ ।

উক্তমপি । চিত্তং প্রনষ্টং যদি ভাসতে বৈ তত্র প্রতীতো মরুতোহপি নাশঃ ।

ন বা যদি স্থান্ন তু তন্ত্ৰ শাস্ত্রং নাস্তপ্রতীতিন'গুরুন' মোক্ষঃ ॥

ইতি যোগবীজে ।

এতেন প্রাণবিন্দুমনসাং জয়ে তু জ্ঞানদ্বারা যোগিনো মুক্তিঃ শ্রাদেবেতি
স্চিতিং । তদুক্তং ।

যামবস্থাং ব্রজেদ্বায়ুর্কিন্দুস্তামধিগচ্ছতি ।

যথা হি সাধ্যতে বায়ুস্তথা বিন্দুপ্রসাধনং ॥

মুচ্ছিত্তৌ হরতি ব্যাধিং বুদ্ধঃ খেচরতাং নয়েৎ ।

সৰ্ব্বসিদ্ধিকরো লীনো নিশ্চলো মুক্তিদায়কঃ ॥

যথাবস্থা ভবেদ্বিন্দোশ্চিত্তাবস্থা তথা তথা । অমৃতসিদ্ধৌ ।

নমু, যোগাস্ত্রয়ো ময়া প্রোক্তা নৃণাং শ্রেয়োবিধিঃসয়া ।

জ্ঞানং কৰ্ম্ম চ ভক্তিশ্চ নোপায়োহন্যোহস্তি কুত্রচিৎ ॥

ইতি ভগবজ্জ্ঞানায়ো মোক্ষোপায়ান্তেষু সংস্কৃ কথং যোগ এব মোক্ষপায়ন্তে-
নোক্ত ইতি চেন্ন তেষাং যোগাঙ্গেষন্তর্ভাবঃ। তথাহি আত্মা বা অরে
দ্রষ্টব্যঃ শ্রোতব্যো মন্তব্যো নিদিধ্যাসিতব্য ইতি শ্রুত্যা পরপুরুষার্থসাধনা-
শ্রুতাসাং কারহতুতয়া শ্রবণমনননিদিধ্যাসনানু্যক্তানি। তত্র শ্রবণমননে নিয়-
মান্তর্গতে স্বাধ্যায়েহন্তর্ভবতঃ। স্বাধ্যায়শ্চ মোক্ষশাস্ত্রাণামধ্যয়নং। স চ
তাংপর্য্যর্থনিশ্চংপর্য্যবসায়ো গ্রাহঃ। তাংপর্য্যার্থনির্ণয়শ্চ শ্রবণমননাভ্যাং
ভবতীতি শ্রবণমননয়োঃ স্বাধ্যায়েহন্তর্ভাবঃ। নিয়মবিবরণে যাজ্ঞবল্ক্যেন।
সিদ্ধান্তশ্রবণং প্রোক্তং বেদান্তশ্রবণং বুধৈরिति স্পষ্টমেব শ্রবণশ্চ নিয়মান্ত-
র্গতিরুক্তা। 'অধীতবেদং সূত্রং বা পুরাণং সেতিহাসকং। পদেষধ্যয়নং
যশ্চ সদাত্যাসো জপঃ স্মৃতঃ' ইতি যুক্তিভিরনবরতমনুচিন্তনলক্ষণস্ত সদা-
ভ্যাসরূপশ্চ মননশ্চাপি নিয়মান্তর্গতিরুক্তা। বিজাতীয়প্রত্যয়নিরোধপূর্বক-
সজাতীয়প্রত্যয়প্রবাহকপয়া নিদিধ্যাসনশ্চ উক্তলক্ষণে ধ্যানেহন্তর্ভাবঃ।
তশ্চাপি তৎপরিপাকরূপসমাধিনাশ্রুতাসাংকারদ্বারা মোক্ষহেতুত্বমীশ্বর্যপর্ণ-
বুদ্ধ্যা নিকামকস্মানুষ্ঠানলক্ষণস্ত কর্মযোগশ্চ তপঃস্বাধ্যায়েশ্বরপ্রবিধানানি
ক্রিয়াযোগ ইতি পতঞ্জলিপ্রোক্তে নিয়মান্তর্গতে ক্রিয়াযোগেহন্তর্ভাবঃ। তত্র
তপ উক্তং।

উপবাসপরাকাদিকৃচ্চান্দ্রায়ণাদিভিঃ ।

शरीरशोधनं ब्राह्मणसाम्बत उत्तमम् ॥

ইতি ঐশ্বর্যগীতায়াং ।

স্বাধ্যায়োহপি তত্রোক্তঃ

বেদান্তশতরুদ্রীয়প্রণবাদিজপং বুধাঃ ।

সব্বশুদ্ধিকরণং পুংসাং স্বাধ্যায়ং পরিচক্ষতে ॥ ইতি

ঈশ্বরপ্রতিষ্ঠানক তত্ত্বোক্তঃ

স্বাস্থ্যম্বরণপূজাভির্বাণ্ডনঃকাযকর্ম্মভিঃ ।

সুনিশ্চলা ভবেভুক্তিরেতদীশ্বরপূজনম্ ॥ ইতি

হ্যায়োগস্ত পরম্পরয়া সমাধিনাস্ত্রসাক্ষাংকারদ্বারৈব মোক্ষহেতুরিতি সমাধি-
বনার্থঃ। কেশতনুকরণার্থশ্চেতুস্তরস্থত্রেণ স্পষ্টীকৃতং পতঞ্জলিনা। ভজতে
নব্যতে ভগবদাকারমন্তঃকরণং ক্রিয়তেহনয়েতি ভক্তিরিতি করণবুৎপত্ত্যা
বৎ কীর্তনং বিষ্ণোঃস্মরণং পাদসেবনং। অর্চনং বন্দনং দাহ্যং সখ্যামাস্ত্র-
বেদনমিতি। নবধোক্তা সাধনভক্তিরভিধীয়তে। তস্মা ঈশ্বরপ্রাণিধাশরূপে
য়মেহস্তর্ভাবঃ। তস্মাৎ সমাধিহেতুত্বং চোক্তং পতঞ্জলিনা। ঈশ্বরপ্রাণি-
নাংনৈতি। ঈশ্বরবিষয়কাং প্রাণিধানাভক্তিবিশেষাং সমাধিলাভঃ সমাধি-
লং ভবতীতি সূত্রার্থঃ। ভজনমন্তঃকবনস্ত ভগবদাকারতারূপং ভক্তিরিতি
বব্যুৎপত্ত্যা ফলভূতা ভক্তিরভিধীয়তে। সৈব প্রেমভক্তিবিত্যুচ্যতে।
ব্রহ্মণমুত্তং নারায়ণতীর্থৈঃ। প্রেমভক্তিবোগস্ত ঈশ্বরচরণারবিন্দবিষয়কৈ-
স্তিকাত্যাস্তিকপ্রেমপ্রবাহোহবচ্ছিন্ন ইতি। মধুসূদনসরসতীভিস্ত। দ্রবী-
বপুষ্কিকা মনসো ভগবদাকারতারূপা সবিকল্পকবৃত্তিভক্তিরিতি। তস্মাস্ত
দ্ধাভক্তিধ্যানযোগাদবেহীতি শ্রুতেঃ। তন্ত্যামাভিজানাভীতি স্মৃতেশ্চ।
নাস্ত্রসাক্ষাংকারদ্বারা মোক্ষহেতুত্বং। তস্মাস্ত সুখশ্চৈব পুরুষার্থত্বাদহঃখাস্ত্র-
ভন্নিরতিশয়সুখধারারূপা প্রেমভক্তিরেব পুরুষার্থ ইত্যাহঃ। তস্মাস্ত সং-
জ্ঞাতসমাধাবস্তর্ভাবঃ। এবং চ অষ্টাঙ্গযোগাতিরিক্তং কিমপি পরমপুরু-
ষার্থসাধনং নাস্তীতি সিদ্ধং ॥ ১১৪ ॥

গ্রাহমেব বিহুয়াং হিতং যতো ভাষণং সময়দর্শাসংস্কৃতং।

রক্ষ গচ্ছতি গয়োহনলেহিতং হস্ত ইত্যভিহিতং শিশোর্যথা ॥ ১ ॥

সদর্পদ্যোতনকরী তমস্তোমবিনাশিনী।

ব্রহ্মানন্দেন জ্যোৎস্নেয়ং শিবাঙ্গি যুগলেহর্পিতা ॥ ২ ॥

ইতি শ্রীহঠপ্রদীপিকাব্যাখ্যায়াং ব্রহ্মানন্দকৃত্যং জ্যোৎস্নাভিধায়াং

সমাধিনিরূপণং নাম চতুর্থোপদেশঃ ॥ ৪ ॥

সমাপ্তা চেয়ং হঠপ্রদীপিকাজ্যোৎস্না ॥

